༄༅། ཏཱ་མང་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འཛིན་གྲྭ་ལྔ།

तामाङ भाषा कक्षा ५

༄༅། ཏ་མང་སྐད་ཡིག་སློབ་དེབ་འཛིན་གྲྭ་ལྔ།

तामाङ भाषा कक्षा ५

नेपाल सरकार

शिक्षा मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

सर्वाधिकार	:	सम्भोटा प्रकाशन प्रा.लि.
कृति	:	तामाङ भाषा कक्षा-५
लेखक	:	सिंह बहादुर तामाङ सुन्दर योञ्जन तामाङ डोल्मा योञ्जन तामाङ
सम्पादन	:	गेशे ङिमा तामाङ गजेन्द्र कुमार लामा न्हावाङ पाल्देन लामा तामाङ दिनेश योञ्जन तामाङ
कम्प्यूटर	:	डोल्मा योञ्जन तामाङ
डिजाईन र चित्र संयोजन	:	डोल्मा योञ्जन तामाङ कुन्साङ योञ्जन तामाङ
प्रकाशन २०७०	:	दोस्रो संस्करण
मूल्य	:	८०/-
मुद्रण	:	शुप्रभात प्रिन्टिङ्ग प्रेस

हाम्रो भनाइ

२०४७ सालको संविधानको धारा १८ उपधारा २, २०६३ को अन्तरिम संविधानको धारा १७ उपधारा ३ बमोजिम र २०४९ सालको शिक्षा नियमवलीमा प्राथमिक तहको कक्षा १ देखि नै निर्धारित कुल समयको साप्ताहिक ४ घन्टी पाठ्यक्रम मातृभाषाको लागि छुट्याइएको छ। नेपालमा बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुजातिहरूको बसोबास भए तापनि तामाङ समुदाय अन्य जातिको धर्म, भाषा र संस्कृतिको प्रभावमा नपरी आफ्नै मौलिक बौद्धधर्म र संस्कृतिलाई बचाइराख्न सफल छन्। तामाङ भाषासँग समान्जस्यता राख्ने भाषिक शब्दहरू सम्भोटा लिपिमा लेखिएका धर्मग्रन्थमा उल्लेख भएको पाइन्छ। त्यस कारणले सम्भोटा लिपि तामाङहरूको मौलिक लिपि हो भन्ने कुरामा दुइमत रहेन। जुन समुदायले आफ्नो मातृभाषामा एउटा नमुना स्ट्यण्डर पाठ्यपुस्तक तयार गरी विद्यालयहरूमा पठनपाठन गर्न सफल भएको छ, त्यो समुदय नै सभ्य, विकासित र समुन्नत समाजको रूपमा देखिन्छ। लिपि र मातृभाषाको शक्ति कस्तो र कतिसम्म हुन्छ भन्नेबारेमा पाठकबन्धुहरूमा व्याख्या विश्लेषण गर्नु नपर्ला। तामाङ समाजले जन्मदेखि मृत्यु सम्म सम्भोटा लिपिमा लेखिएका धमर्मग्रन्थको आधारमा पूजापाठ गर्दै आइरहेका छन्। परापूर्वकाल देखि नै तामाङ समाजले प्रयोग गर्दै आइरहेको सम्भोटा लिपिको आधारमा प्राथमिक तहदेखि उच्च तहसम्म पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार गरी विद्यालयहरूमा जबसम्म अध्ययन तथा अध्यापन गरिदैन तबसम्म तामाङ समाजमा विद्वान गेशे, खेन्पो र रिन्पोछेको जन्म हुन सक्दैन। कुनै पनि समाजमा विद्वानको जन्म भएन भने त्यो समाजको अस्थित्व हुदैन। अस्थित्व कायम राख्नको लागि आफ्नो मौलिक लिपिको व्याकरण अनुसार हामीले आफ्नो बालबालिकाहरूलाई व्यावहारिक शिक्षा दिनु पर्दछ भनी सबै तामाङ बुद्धिजिवीहरूको सहमतिमा यस तामाङ काइयिग जिन्डा ङा तामाङ भाषा कक्षा ५ नामक पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ। यस पाठ्यपुस्तक लेखन कार्य सिंह बहादुर तामाङ, सुन्दर योञ्जन तामाङ, डोल्मा योञ्जन तामाङ बाट भएको हो भने सम्पादन कार्य गेशे ङिमा तामाङ, गजेन्द्र कुमार लामा, ङवाङ पाल्देन लामा तामाङ र दिनेश योञ्जन तामाङबाट भएको हो। यस पाठ्यपुस्तक लेखन कार्यलाई सम्पन्न गर्न विशेष रूपमा सहयोग पुऱ्याएकोमा टाशी कुमार लामा र पञ्चराम तामाङ प्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहान्छौं। नेपाल तामाङ मातृभाषा सम्भोटा लिपि विकास प्रतिष्ठान, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र तथा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्षरूपमा सहयोग पुऱ्याउने हुने विभिन्न संघ संस्था एवं महानुभावहरूमा हृदयदेखि नै धन्यवाद टक्र्याउन चाहन्छौं। यस पाठ्यपुस्तकमा केही कमि कमजोरी भएमा शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, विज्ञ र पाठकहरूबाट रचनात्मक सुझावहरूको अपेक्षा गर्दछौं।

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

དཀར་ཆག།

ཨང་།	སློབ་ཚན།	ཤོག་གྲངས།
༡།	འཛམ་པའི་དབྱངས།	༡-༢
༢།	དྲིན་ཅན་ཨ་མ།	༣-༧
༣།	སེམས་ཇྗོང་ལ་མེ་མེ།	༨-༡༧
༤།	ཧོར་ཇོ་མོ་གངས།	༡༨-༢༣
༥།	སྒྲོམ་ཆེན་པ།	༢༤-༣༢
༦།	སྐྱུ་མེན་ཧོག།	༣༣-༣༩
༧།	ཇོ་ཇོ་ཧ་ཡི་གི།	༤༠-༤༤
༨།	འདྲམ་ཕྱུ།	༤༥-༥༢
༩།	ཨ་པ་ཐེན་ཇ་གླེང་གཏམ།	༥༣-༦༡
༡༠།	ཚེ་ཐར་ལ་ཕན་ཡོན།	༦༢-༧༩
༡༡།	གོ་པླལ་ཡོན་ཏན་ཧྲ་མང་།	༧༠-༧༦
༡༢།	ཐ་མག	༧༧-༨༢
༡༣།	ཞེས་རབ་ཐེན་རབ་ཧྲེན།	༨༣-༨༩
༡༤།	སྐྱུ་ཞབས་གཙོ་བོ་དགེ་རྒན།	༩༠-༩༢
༡༥།	གུ་རུ་ཐེན་སློབ་ཕྱུག་ལ་གླེང་གཏམ།སློབ་ཚན་གིག།	༩༣-༩༧
༡༦།	ནོར་བུ་གླིང་ལ་སྐྱུང་།	༩༨-༡༠༣
༡༧།	ཧང་གི།	༡༠༤-༡༡༠

འཇམ་པའི་དབྱངས་སྟོད་པ།

༄༅།། གུར་ཀུམ་མདོག་ཅན་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ།

ཨུཏྤལ་སྟེང་ན་ཤེས་རབ་རལ་གྲི་དང་།

གླེགས་བམ་འཛིན་པ་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་ཀྱི་རྗེ།

དགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

ཨོཾ་ཨ་ར་པ་ཙ་ན་དྷཱིཿ

བརྩེ་ལྡན་ཁྱེད་ཀྱི་མཁྱེན་རབ་འོད་ཟེར་གྱིས།

བདག་བློའི་གཏི་མུག་མུན་པ་རབ་གསལ་ནས།

བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་རྟོགས་པ་ཡི།

བློ་གྲོས་སྤོབས་པའི་སྣང་བ་བསྐུལ་དུ་གསོལ།

ཨོཾ་ཨ་ར་པ་ཙ་ན་དྷཱི། ཙུ་སྤུགས་ཁམས་སམ་སྟོང་གིག་དོ་ན།ཨ་ཁམས་སམ་ཀྲུ་ཛ་གིག་དོ་ན་པང་ཛི་བི་སམ་ཤེས་རབ་གཡང་སྨུ་ལ། ཐེ་སེ་ལ་མ་གཡོ་ནན་ཤེས་རབ་གཡང་སྨུ་ལ། ཙུ་སྤུགས་སློབ་ཕྱུག་ག་དེ་སེ་པང་སམ་གཡོ་ནན་འོད་ཟེར་གཡང་སྨུ་ལ།

སློབ་ཚན་གཉིས། ༢

དྲིན་ཅན་ཨ་མ།

ཡང་ལ་དྲིན་ཅན་ཨ་མ་སེ།
ཟླ་དགུ་ཕུའི་ཛི་ཕོ་གཏིང་རི།
གསུམ་དིང་ཕུའི་ཛི་གོ་གདིང་རི།
ཉིན་ཉིན་དིང་ཛི་ཕྲུག་ཐིང་རི།

སྙིང་རྗེ་ལ་གྲུ་ལམ་གཏིང་ཛོ་རི།
ཕམ་གསུམ་སྐྱུག་སྐྱོལ་ཕུའི་སི་ནམ།
ནབ་ཐོ་ཞར་སི་ཚར་ལ་ཛི།
འཛམ་བུ་གླིང་ནོན་སྲང་ལ་ཛི།

ལུས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་ཨ་མ་ཏ།

ལུས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པ་ཨ་པ་ཏ།

སེམས་རི་ཐན་སི་ཁྲུམ་ཧི་གོ།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་རང་ཁྲུམ་ཧི་གོ།

སངས་རྒྱས་རང་པ་ཨ་མ་ཏ།

སངས་རྒྱས་རང་པ་ཨ་པ་ཏ།

སངས་རྒྱས་རང་པ་གུ་རུ་ཏ།

ཉིན་མུན་ཨེ་སེ་ཁྲུམ་ཧི་གོ།

ཆོས་སྐུ་བེ་པ་སངས་རྒྱས་ཏ།

ལོངས་སྐུ་བེ་པ་སྤྲུན་རས་གཟིགས།

སྤྲུལ་སྐུ་བེ་པ་རིན་པོ་ཆེ།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཏ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

༡༽ ཚིག་དོན།

དྲིན་ཅན	ཇང་ཡོན་ཏན་སྨུ་པ་མི།
ཕོ་གཉིང་།	ཕོ་ནང་རི།
གོ་གདིང་།	གོ་རི།
ཕྲུག་ཐིང་།	གཡ་རི།
སླིང་རྫེ།	མླ་ཡླ།
རྒྱ་ལམ།	རྒྱམ།
གཉིང་ཇོ།	གཉིང་ལ་ཇོ་རི།
ཕམ་གསུམ།	ཕླ་ཐི་གསུམ།
ནབ་ཐོ།	ནབ་ཐེན་ཐོ།
ཞར་སི།	ཤལ་པ། ཁྲུ་པ།
ལུས།	ལུས
ཁྲུམ་ཇི་གོ།	སེམས་ནང་རི་དྲན་གོ

༢ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། ཡང་ལ་དྲིན་ཅན་ཨ་མ་སེ་ཕོ་གཉིད་རི་ག་དེ་པུའི་ཨེ།

ཁ། ཡང་ལ་དྲིན་ཅན་ཨ་མ་སེ་གསུམ་དིང་དོན་ཉིག་རི་པུའི་ཨེ།

ག། དྲིན་ཅན་ཨ་མ་སེ་ཁ་རང་ལ་སི་ཚར་ལ་ཨེ།

ང་། སེམས་རི་ཐན་སི་ཁལ་ད་ཁྲུམ་ཨེ་གོ།།

ཅ། ཁལ་ད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་རང་ཁྲུམ་ཨེ་གོ།།

ཆ། ཁལ་སེ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཨེ།

ཇ། ཁལ་ཏ་སངས་རྒྱས་རང་ཨེ་ཧོ་ལ།

༣ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་བཟོ་གོ།།

༡། དྲིན་ཅན

༢། ལྷི་དགུ

༣། གསུམ་དིང

༤། ཕྲུག

༥། སེམས

༦། དཀོན་མཆོག

༧། ཁྲུམ་

༨། སྙིང་རྗེ

༩། གཏིང

༡༠། ཕམ་གསུམ་

༡༡། ནབ་ཐོ་

༡༢། འཛམ་བུ་གླིང

༼༤༽ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

༡། ལུས…………………………ཡིན་པ་ཨ་མ་ཏ།

༢། ………………………………སྐྱེ་བ་ཡིན་ཨ་པ་ཏ།

༣། སེམས་རི…………………………………ཁྲུམ་ཇི་གོ།

༤། དགོན་མཆོག་གསུམ…………ཁྲུམ་དྲན་གོ།

༥། ཡང་ལ………………………………………ཨ་མ་སེ།

༦། ཟླ་དགུ་པུའི་ཇི……………………………གཏིང་རི།

༧། གསུམ་དིང་པུའི་ཇི……………………གདིང་རི།

༨། ཉིན་ཉིན་དིང་ཇི…………………………གཏིང་རི།

སློབ་ཚན་གསུམ ༣

སེམས་རྫོང་ལ་མེ་་མེ།

སྔོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་རི་འོད་ཟེར་རྟ་མང་བི་པ་མེ་མེ་གིག་སྨུ་པ། འོད་ཟེར་རྟ་མང་མེ་མེ་སེ་ཡུལ་ས་ཏ་བཞེང་པ་རི། ལ་ནན་སྒྲུད་ག་དེ་ལ་པ་སྨུ་པ། རང་ཏ་ཉོད་པ་རི་ཁ་པ་མི་ག་དེ་ཏ། རང་སེ་གོ་པ་ཞེས་པ་གཏམ་པང་སི་པེན་སྨུ་པ། མི་ལུས་སེ་གོ་ཧོ་པ་གཏམ། མི་ལུས་སེ་ཞེས་ཧོ་པ་གཏམ། ཡར་སེན་གོ་ཧོ་ལ་བི་སི་རྣམ་ཐར་གསུང་སི་བྲ་པ་སྨུ་པ། ཡུལ་ས་ལ་གྱན་པ། བྱོན་ཐེན་ཚ་མེ་ཀོ་ལ་ག་དེ་ཏ། ནང་གཏམ་མཐོ་གཏམ་ཐེན་ཆོས་གཏམ། ཡར་དན་སློབ་སི་པེན་སྨུ་པ། ཡུལ་ས་ལ་གྱན་པ་གྱན་སུམ་སེ་མེ་མེ་ཏ་ལ་

ནན་བསྙེན་སྨུ་པ། ཐེ་སེ་ལ་མ་རྣམ་ས་ཡུལ་ས་རི་ཡལ་ཡལ་ཏ་སི་ནི་སྨུ་པ། སེམས་རྫོང་ཡུལ་ས་རི། ཚད་པ་ཐེན་ཧོ་པ་གའི་མའི་ཨ་ཏ་སྨུ་པ། ཏིག་ལའི་སྐྱིད་ལ་ཧོ་སམ་དོག་ནོན་མི་ག་དེ་བསྒྲིགས་སི་ལ་སྨུ་པ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཏ་ཤབ་པ་རི། ཐ་རེང་ཐ་རེང་ལ་མགྲོན་པོ་ག་དེ་ཕེབས་ཁ་སྨུ་པ། ཡུལ་ས་རི་ཕེབས་ཁ་པ་མགྲོན་པོ་ཏ་ལ་ནན་བསྙེན་སྨུ་པ།

ཙུ་ཡུལ་ས་ལ་མི་ལ་རིག་པ་སྣང་མ་མི། མགྲོན་པོ་ག་དེ་ནོན་ལ་ནན་ཏང་སྨུ་པ། མགྲོན་པོ་ག་དེ་སེ་མ་ཏི་མཆོད་རྟེན་སྣང་མ། གངས་གངས་རི་ལྷུང་རྟ་སྣང་མ། ཕ་དེ་ལ་ཆུ་གཙང་མ་སྣང་མ། ཡུལ་ས་རྣམ་ས་དེམ་ཀྱུར་ནོན་སངས་སུང་སྣང་མ་མི། མགྲོན་པོ་ག་དེ་སེ་ཚར་ཚར་མི་ཏ་འུན་པ་རི་བ་སི་ཁ་སྨུ་པ། ཙུ་རང་ལ་སི་རང་ལ་ཡུལ་ས་ཏ་ཕྱུག་པ་བཟོ་པ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཏ་ཁ་རང་པ་ཙིམ་བི་སི་ཙ་པ་རི། ལོ་ལོ་བླ་ཀྲམ་སེ་མི་ག་དེ་ཁ་སྨུ་པ། ལོ་ལོ་བླ་ཀྲམ་སེ་ཁ་པ་མི་དུ་གུ་ཏ་ནང་གཏམ། མཐོ་གཏམ་ཐེན་ཆོས་གཏམ་སློབ་སི་པིན་སྨུ་པ། ཙུ་རང་ལ་སིན་ལ་ནན་དིང་ནི་ཨི། སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་ཡར་ནོན་མི་ག་དེ་སེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ལ་ཆོས་བསྙེན་སྨུ་པ། གངས་རྫོ་རི་སྨུ་པ་དགོན་པ་རི་ཡར་ནོན་མཆོད་པ་འཕུལ་བ་རི་ནི་སྨུ་པ། བླ་མ་སེ་ཛ་པ་ཛ་པ་རྣམ་ཐར་གསུང་སྨུ་པ། འོད་ཟོར་མེ་མེ་ལ་རྩ་བའི་བླ་མ་ལ་སེམས་ནང་རི་ལ་ནན་སྙིང་རྗེ་སྨུ་པ། ཙ་བའི་བླ་མ་སེ་འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཏ་གཞན་ཏ་ཛ་བ་ཏ་པ་

སྒྲིད་ལའུ་བི་སི་གསུང་སྨུ་བ། ཡུལ་ས་ལ་ཀྲན་པ་གཏམ་པ་གདེ་སེ་ནོན་ཛ་པ་སྒྲིད་ལ་སྨུ་བ། གཞན་ཡུལ་ལ་མི་ག་དེ་སེ་ཛ་པ་གཏམ་ལ་དཔེ་པིན་ཏོ་མ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་

ལ་ནན་དིང་ལི་ཆ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཐེན་སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་གཏམ། རྒྱལ་པོ་ལ་ན་ཕིང་རི་གདོ་ཇེམ། ཙུ་གཏམ་ཐའི་སི་རྒྱལ་པོ་ལ་ནན་ཏང་ཇེ། རྒྱལ་པོ་སེ་ཙུ་གཏམ་བདེན་པ་ཡིན་ན་གི་ཨ་ཡིན་པ་བི་སི་ཙ་བ་རི་བློན་པོ་ཏ་པིད་ཇེ། བློན་པོ་སེ་ཐེ་རྣམ་ས་རི་ནི་སི་ཙ་མ་དོག་ནོན་གཏམ་བདེན་པ་སྨང་ཇེ། གསར་གྱུར་བློན་པོ་སེ་རྒྱལ་པོ་ཏ་གསུང་ཇེ། རྒྱལ་པོ་སེ་བློན་པོ་ཏ་ཉོད་ཇེ། ཏིག་སེ་ལ་མ་སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ཙུ་རང་པ་མཛེས་པ་ཏ་ཇེམ། བློན་པོ་སེ་གསུང་ཇེ། ཐེ་རྣམ་ས་རི་འོད་ཟེར་བི་པ་མེ་མེ་སེ་ཛ་པ་སྒྲིད་ལ་པ་ཙིམ། རྣམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ཏ་ཛ་བ་ཛ་བ་རྒྱལམ་འུན་

པ་ཅིམ། ཐེ་སེ་ལ་མ་སེམས་རྫོང་ནམ་ས་དན་དེ་ཛ་པ་སྲང་པ་ཡིན་ན། ཏི་ར་ལ་ཀུ་ནུ་རྒྱལ་པོ་སེམས་རྫོང་ནམ་ས་སྐོར་བ་རི་ཕེབས་ཛེ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཐེན་ནམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་སེ་གྲན་མགྲོན་པོ་རྒྱལ་པོ་ཏ་འདྲེན་ལ་ཛེ། ནམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ལ་ཛ་པ་ཛ་པ་ཡོན་ཏན་སྲང་མ། ཡར་ནོན་འགྲིགས་སི་སྐྱད་ལ་བ་སྲང་མ། ནམ་ས་ཡུལ་དོག་ནོན་གཙང་མ་སྲང་མ། རྒྱལ་པོ་ནོན་སེམས་གཉིང་ནང་སེན་ལ་ནན་ཏང་སི། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཏ་གློན་པོ་བཟོ་ཛེ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་ཏ་གློན་པོ་བཟོ་མ་ནམ་ས་ལ་ཁ་ཛེ་བའི་མི་ལ་སེམས་རི་ཕྲག་དོག་ཨ་ཏ་ལའི། ཡར་ནོན་ཏང་སི་ཕའི་གོ་པ་ཤ་པ་ལ་ཛེ། སེམས་རྫོང་ནམ་ས་དེན་ཨ་ཡིན་ན། ཙུ་ནམ་ས་ལ་མི་ལ་སེམས་ནོན་ཛ་བ་ཅིམ་བི་བ་གཏམ། སངས་རྒྱས་ལ་ཡུལ་རི་ནོན་ཐའི་ཛིམ། ལྷ་ཡུལ་རི་སྨུ་པ་ལྷ་ག་དེ་ནོན་ཏང་སི། ཐེ་ནམ་ས་ལ་མི་ཏ་སྨུ་རྒྱམ་སེ་ནོར་བུ། མར་སྨུའི། རིན་ཆེན་ག་དེ་ལ་མེན་ཧོག་ཏའི་ན་ལ་ཛིམ། ཙུ་རང་ལ་སི་སེམས་རྫོང་ནམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་དོག་ནོན་ཕྱུག་པོ་དོ་ཛིམ། སྨུ་རི་ཟླ་ཉི་གིག་དེན་སྨུ་སའི་ནོན། ཐེ་ལ་འོད་ཟེར་སེ་ཐོབ་ཐོབ་པ་སྨུན་ཏ། ཡལ་ཡལ་ཏ་ན་ལ་བ་རང་ནོན་ལ་སི། ཡུལ་ས་རི་ཛ་བ་ཡོན་ཏན་སྨུ་བ་མི་གིག་དེན་སྨུ་སའི་ནོན་ཛ་པ་ཏ་པ་ཅིམ། ཛ་པ་ཡོན་ཏན་སེ་ལ་མ་ནམ་ས་དིམ་ནོན་ཛ་བ་ཏ་སི་ཉི་སྨུ་ལ། ཡང་སེ་ཁ་ལའི་སེ་ཛ་པ་སྐྱད་ལ་པ་སྲང་ཛེ་བི་སམ། ཐེ་ཏ་ཕྲག་དོག་ལ་སེམས་ཨ་གིན་ན། སེམས་ནང་རི་ཛ་པ་དྲན་སི་སྐྱད་ལ་སམ། རང་དེ་ཏ་ཨ་ཡིན་ན་ཡུལ་ས་ཏའི་ནོན་ཛ་པ་ཏ་སི་ཁ་སྨུ་ལ།

ལེའུ་ཁ

མེ་མེ་ལ་གླིང་མོ་ད་བསྟེན་ཏོ་ལ།

ཡང་ཡང་བསྒྲིགས་སི་བྲ་ཏོ་ལ།

ཨ་ཞེས་པ་མི་ད་སློབ་ཏོ་ལ།

ཨ་གོ་པ་མི་ད་པང་ཏོ་ལ།

ཡུལ་ས་ལ་ཁྲིམས་ད་གོ་ཏོ་ལ།

ཆོས་འཁྲིམས་ཡང་སེ་ཞེས་ཏོ་ལ།

མ་ཧི་སློན་ལམ་ལ་ཏོ་ལ།

ཡང་སེ་མཆོད་རྟེན་བཟོ་ཏོ་ལ།

གངས་གངས་རི་ལྷུང་རྟ་ཐན་ཏོ་ལ།

ཆོས་ལ་རྣམ་ཐར་གསུང་ཏོ་ལ།

འཛམ་བུ་གླིང་རི་སྐོར་ཏོ་ལ།

འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཤ་ཏོ་ལ།

ཡང་ལ་རིམ་ཁྲིམས་བསྟེན་ཏོ་ལ།

རྟ་མང་ཡུལ་ས་ད་རྒྱུན་ཏོ་ལ།

ཚིག་དོན།

སྔོན་མ	སྔ་ཚ།དང་པོ།
བཞེང་པ	བཟོ་པ།
མི་ལུས	མི་ལ་སྐྱེ་བ།
ཡལ་ཡལ	དེ་ནི་ཁ་མ་རང་པ་ཡལ་ཡལ།
ཚད་པ	ཨ་འགྲིགས་པ།
མགྲོན་པོ	དེམ་རི་ཁ་པ་ཚར་མི།
ཕ་དེ	ཀྱུས་ཁ་པ་སླི།ཧླ་ནླ།
ཀྱུ་གཙང་མ	ཀྱུས་གསལ་གསལ་པ།
ཀྱུར་ནོན	སྔ་ཚ། ལི་ཚ། གཏོར། མར་ཀྱུར་ནོན།
ཤབ་པ	རུབ་ཏ་བ།
སངས་སུང	གཙང་མ།
ཙ་བའི་ཟླ་མ	ཙོ་བོ་ཟླ་མ།
སྙིང་རྗེ	ཀ་རུ་ནླ།
དཔེ	ཨུ་དྣ་ཧ་རན།
ཨ་ནོར་ན་ལ་སི	འགྲིགས་ན་ལ་སི།
འདྲེན་ལ་ཧི	སྣ་གཏ་ལ་ཧི།

བདེན་པ	ཡིན་པ་གཏམ།ས་ཏྱ།
སྔོན་པོ	མན་ཏྲི།
ཕྲག་དོག	མིག་སྲུར།ཨ་ཛ་པ་སེམས།
ནོར་བུ	མ་ནི།
སྨུའི	ཙྪ་དི།
རིན་པོ་ཆེ	རཏྣ།

སྦྱོང་ཚན།

༄ དི་ལ་ཉོད་པ་གཏམ་ལ་ལེན་དོན་ནོ།

ཀ༽ འོད་ཟེར་མེ་མེ་ལ་རྣམ་ས་ཁའི་རི་སྨུ་པ།

ཁ༽ ཡུལ་ས་ལ་རྒྱན་པ་བྱོན་ཐེན་ཚམེ་ཀོ་ལ་ག་དེ་ཏ་ཁ་རང་པ་གཏམ་
སློབ་སྨུ་པ།

ག༽ སེམས་རྫོང་ཡུལ་ས་རི་ཏིག་གའི་མའི་ཨ་ཏ་སྨུ་པ།

ང༽ མགྲོན་པོ་ག་དེ་ཏིག་སེ་ལ་ནན་ཏང་སྨུ་པ།

ཅ༽ སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་མི་སེ་ཁ་རང་པ་ཆོས་བསྙེན་སྨུ་པ།

ཆ༽ འོད་ཟོར་མེ་མེ་ལ་རྩ་བའི་བླ་མ་ཁ་རང་པ་སྨུ་པ།

ཇ། རྒྱལ་པོ་སེ་བློན་པོ་ཏ་འོད་ཟེར་མེ་མེ་ལ་རྣམ་ས་རི་ཏིག་ད་ཡིད་ཐེ།

ཉ། བློན་པོ་སེ་རྒྱལ་པོ་ད་ཏིག་སེ་ལ་མ་སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ཇ་པ་ཏ་ཐེམ་
བི་སི་པང་ཐེ།

༢། ཚ་བསྒྲིགས་ན་ལཙུ།

སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་རི་སྐྱེས་པ	འོད་ཟེར་ཧྲ་མང་།
ཚད་པ་ཆེན་ཏོ་པ	གཤི་མཤི་ཨ་ཏ་མྱུ་པ།
ཟླ་བའི་ཐླམ	ལ་ནན་སླིང་ཇེ་སྨུ་བ།
ཕྲ་དི	ཆུ་གཙང་མ།
སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་མི	ཇ་བ་ཇ་བ་ཡོན་ཏན་མྱུ་པ།
མགྲོན་པོ	དིམ་རི་ཁ་པ་ཚར་མི།
ཟླ་ནི	ཐོབ་ཐོབ་པ་མྱུན་ད་ཡལ་ཏ་ན་ལ་པ།

༣། བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་སེ་ཡུལ་ས་ཏ……………རི་ལ་ནན་སྒྲུད་ག་དེ་ལ་པ་མྱུ་པ།

ཁ། འོད་ཟེར་མེ་མེ་སེ་རང་སེ་གོ་པཤེས་པ……………པང་སི་པིན་མྱུ་པ།

ག། སེམས་རྫོང་ཡུལ་ས་རི……………………………གཤི་མཤི་ཨ་ཏ་མྱུ་པ།

ང༽ ཡུལ་ས་ལ…………………………སེ་མེ་མེ་ཏ་ལ་ནན་བསྟེན་སྨུ་པ།

ཅ༽ སེམས་རྫོང་ཡུལ་ས་ལ་མི་ལ་རིག་པ་མྲང་མ་མི……ག་དེ་ནོན་ལ་
ནན་ཏང་སྨུ་པ།

ཆ༽ སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ཡར་སེན……ལ་ཆོས་བསྟེན་སྨུ་བ།

ཇ༽ ཡུལ་ས་ལ་རྒྱན་པ་གཏམ་པ་ག་དེ་སེ་ནོན་རང་ལ་སྒྲུད……ན་ལ་
སི་ལ་སྨུ་བ།

༥༽ དེ་ལ་ཚིག་ཟན་སི་ཚིག་སྦྲུབ་བཟོ་གོ།

བཞེང་བ…………………………………………

ཉོད་པ…………………………………………

མགྲོན་པོ…………………………………………

མཆོད་རྟེན…………………………………………

གཙང་མ…………………………………………

ཕྱུག་པ…………………………………………

མཆོད་པ…………………………………………

རྒྱན་པ…………………………………………

༼༦༽ དེ་ལ་ཨ་འགྲིགས་པ་ཚིག་ཏ་འགྲིགས་ནལ་སི་བྲིས་གོ།

མགྲོན་པོ་ག་དེ་སེ་མི་ཚོདཧྟེན་སྨྲང་མ། གངས་གངས་རི་ཧླུང་ཧྲ་སྨྲང་མ། ཕ་དེ་ལ་ཆུ་ཙང་མ་སྨྲང་མ། ཡུལ་ས་རྣམ་ས་དེམ་ཀྱུར་ནོན་སངས་སྱུང་སྨྲང་མ་མི། མགྲོན་པོ་ག་དེ་སེ་ཚར་ཚར་མི་ཏཙུན་པ་རི་བ་སི་ཁ་སྨུ་པ། ཚུ་རང་ལ་སི་རང་ལ་ཡུལ་ས་ཏ་ཕྱུག་པ་ཟོ་པ། རྟོད་ཟེར་མེ་མེ་ཁ་རང་པ་ཙིམ་བི་ཤི་ཙ་པ་རི་ལོ་ལོ་གླུ་རྒྱུམ་སེ་མི་ག་དེ་ཁ་སྨུ་པ།

༼༧༽ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས་ཐེན(✓) ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ འོད་ཟེར་མེ་མེ་སེ་ཡུལ་ས་ཏ་བཞེང་པ་རི་ལ་ནན་སྒྲུད་ག་དེ་ལ་པ་སྨུ་པ།

ཁ༽ འོད་ཟེར་མེ་མེ་སེ་རངས་སེ་གོ་པ་ཤེས་པ་གཏམ་པང་སི་པིན་སྨུ་པ།

ག༽ སེམས་རྫོང་ཡུལ་ས་རི་ཚད་པ་ཐེན་ཧོ་པ་དེན་ཏ་སྨུ་པ།

ང༽ གངས་རྫོ་རི་སྨུ་བ་དགོན་པ་རི་ཡར་ནོན་མཆོད་པ་འཕུལ་བ་རི་ནི་སྨུ་པ།

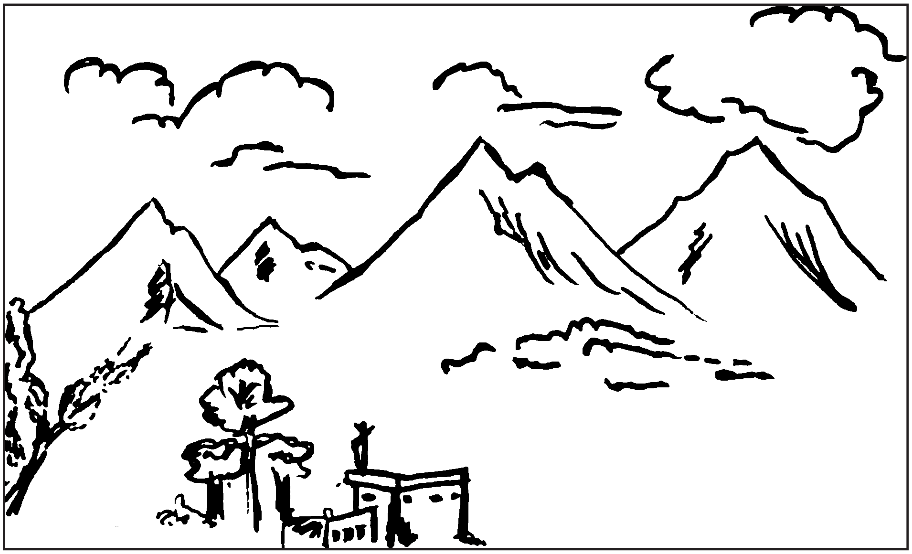
ཅ༽ འོད་ཟོར་མེ་མེ་ལ་རྩ་བའི་གླམ་ལ་ནན་སྙིང་ཇེ་སྨུ་པ།

ཆ༽ ཏི་ར་ལ་ཀུན་རྒྱལ་པོ་སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་རི་བསྐོར་པ་རི་ཐེབས་ཇི།

ཇ༽ སེམས་རྫོང་རྣམ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ཚང་མན་སྦྲུང་པོ་དོ་ཇི།

སློབ་ཚན་ཞླི། ༼༨༽

ཧོར་ཇོ་མོ་གངས།



ཧོར་ཧོར་ཇོ་མོ་གངས་རི་མི།
གངས་ཇོ་རི་ཁ་སུ་ཧུ་ལུ་ལུ།
ཡུལ་ས་ལ་རིག་པ་སྲུང་མ་མི།
ཧའི་མུ་ལ་མིག་ལི་ཕྲུ་ལུ་ལུ།

སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ་ཡང་ཧྲ་མང་།
བུདྡ་ལ་མོས་པ་ལ་པ་རི།
འཛམ་བུ་གླིང་རི་ཁྲུངས་མུ་པ།
ཧོག་ནོན་ཨ་པ་སེ་གོ་ཧོ་ལ།

དོག་ནོན་ཨ་མ་སེ་གོ་ཧོ་ལ།

སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ་ཡང་ཧ་མང་།

བུདྡྷ་ལ་མོས་པ་ལ་པ་རི།

འཛམ་བུ་གླིང་རི་ཁྲུངས་སུ་པ།

དོག་ནོན་ཨ་ལི་སེ་གོ་ཧོ་ལ།

དོག་ནོན་ཨ་ང་སེ་གོ་ཧོ་ལ།

དང་པོ་ལ་རིམས་ཁྲིམས་བསྙེན་པ་རི།

ཨ་ཇ་པ་རིག་པ་བྱེང་པ་རི།

ཇ་པ་རིག་པ་སློབ་ཧོ་ལ།

ར་ལ་ཀོ་ལ་བསད་སི་ཁྲུ་བཟོ་པ།

སུའི་ཀོ་ལ་བསད་སི་ཁྲུ་བཟོ་པ།

ཚང་འཕྲུང་པ་རིག་པ་བྱེང་ཧོ་ལ།

སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ་ཡང་རྟ་མང་།

བུདྡྷ་ལ་མོས་པ་ལ་པ་ཟི།

འཛམ་བུ་གླིང་ཟི་འབྲུངས་སྱུ་པ།

ཙུ་གཏམ་ཡར་སེན་གོ་ཧོ་ལ།

༼ཀ༽ ཚིག་དོན།

༡༽	གངས།	༼ཧོ་བ་གླ།
༢༽	ཟིག་པ།	༼ཤེས་པ་ཡོན་ཏན
༣༽	མོས་པ།	༼སེམས་ནང་སེ་ལ་བ་དད་པ།
༤༽	འབྲུངས་སྱུ་པ།	༼སྐྱེ་སྱུ་པ།
༥༽	ཨ་ཛ་པ།	༼ཛ་བ་ཨ་རེ་པ།
༦༽	བསད་པ།	༼ཤི་ན་ལ་པ།
༧༽	འཛམ་བུ་གླིང་།	༼སང་སར
༨༽	ཁ་སྱུ།	༼སྱུ་ཟི་ཆགས་པ་སྲིན།ཀུའི་རོ།
༩༽	མིག་ལི།	༼མིག་ཆུ
༡༠༽	ངོག་ནོན།	༼ཡར་ནོན།
༡༡༽	བུདྡྷ།	༼སངས་རྒྱས།།
༡༢༽	གོ་ཧོ་ལ།	༼ཤེས་ཧོ་ལ།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། ཏིག་གསུང་མ་མིག་ལི་ཕྲུ་ལུ་ལུ་ཏའི་སྐུ་ལ།

ཁ། ཁལ་ལ་མོས་པ་ལ་པ་རི་འཛམ་བུ་གླིང་རི་འབྲུངས་སྐུ་པ།

ག། ཨ་ཛ་པ་རིག་པ་ཏིག་ལ་ཏོ་ལ།

ང། ཙུ་གནམ་ཁལ་སེ་གོ་ཏོ་ལ།

ཅ། ཏིག་བསད་སི་ཁྲུ་བཟོ་པ་རི་ཨ་ཏ་པ་བི་སི་པང་ཛི།

ཆ། ཁ་རང་པ་རིག་པ་ཁྲ་ཏོ་ལ།

ཇ། ཏིག་གནམ་ཡར་སེན་གོ་ཏོ་ལ།

༢ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། ཡུལ་ས་ལ་རིག་པ……………………………………མི།

ཁ། སངས་རྒྱས་ལ……………………………………ཡང་ཏྲ་མང་།

ག། དང་པོ་ལ……………………………………བསྟེན་པ་རི།

ང། ཨ་ཛ་པ་རིག་པ……………………………………ཏོ་ལ།

ཅ། རྨུའི་ཀོ་ལ……………………………………ཁྲུ་བཟོ་པ།

ཆ། ཆང་འཐུང་པ་རིག་པ……………………………………ཏོ་ལ།

༤ ཡང་གོ་ཐེན་ཁྲིས་པ་སློབ་གོ

ཧོར་ཧོར་ཇོ་མོ་གངས་རི་མི།

གངས་ཇོ་རི་ཁ་སུ་ཧུ་ལུ་ལུ།

ཡུལ་ས་ལ་རིག་པ་མྲང་མ་མི།

ཧའི་མུ་ལ་མིག་ལི་ཕྲུ་ལུ་ལུ།

སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ་ཡང་ཧ་མང་།

བནྡྷུ་ལ་མོས་པ་ལ་པ་རི།

འཛམ་བུ་གླིང་རི་འཁྲུངས་མུ་པ།

དོག་ནོན་ཨ་པ་སེ་གོ་ཧོ་ལ།

༥ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྦྲུབ་བཟོ་གོ།

ཇོ་མོ་གངས..

རིག་པ..

མིག་ལི..

མོས་པ..

དོག་ནུན..

རིམ་ཁྲིམས……………………………………………………

བཟོ་པ……………………………………………………

འཐུང་པ……………………………………………………

༼༦༽ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རེ་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན ཨ་འགྲིགས་པ་རེ་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ གངས་ཛོ་རི་ཁ་སྲུ་ཧྲུ་ལུ་ལུ་ཁ་མུ་ལ།

ཁ༽ ཡུལ་ས་ལ་རིག་པ་མྲང་མ་མིག་ལི་ཕྲུ་ལུ་ལ་ཨ་ཏའི་མུ་ལ།

ག༽ འཛམ་བུ་གླིང་རི་བུདྡྷ་ལ་མོས་པ་ལ་བ་རི་འཁྲུངས་མུ་པ།

ང༽ ཡང་སེ་དང་པོ་ལ་རིམ་ཁྲིམས་བསྟེན་ཏོ་ལ།

ཅ༽ ཡང་རྟ་མང་སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ་ཡིན་ན།

ཆ༽ ཡང་སེ་ཆང་འཐུང་པ་རིག་པ་སློབ་ཏོ་ལ།

༼༧༽ དེ་ལ་ནོར་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སེ་བྲི་གོ

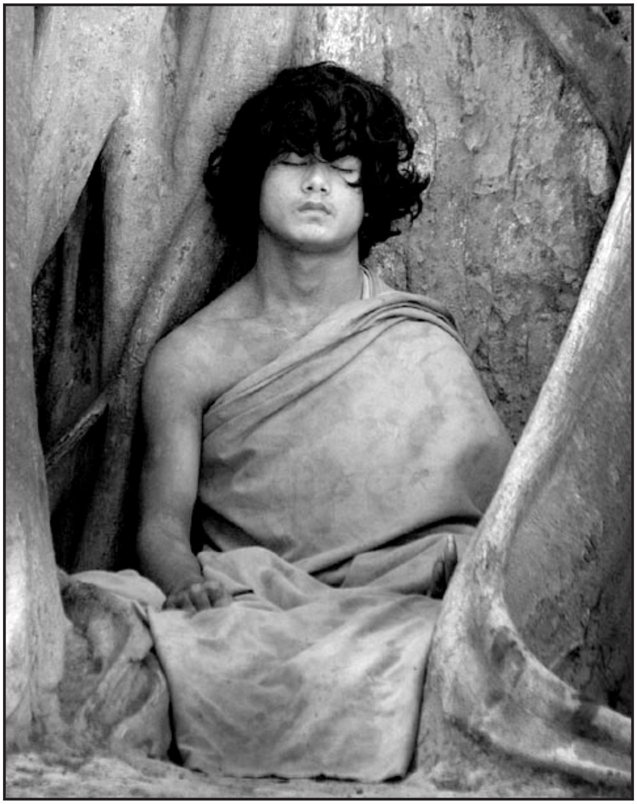
ཏོ་ར་ཏོ་ར་ཛོ་མོ་གངས་ཧྲི་མི།

གངས་ཛོ་རི་ཁ་སྲུ་ཧྲུ་ལུ་ལུ།

ཡུལ་ས་ལ་རིག་པ་མྲང་མ་མི།

ཏའི་མུ་ལ་མིག་ལི་ཕྲུ་ལུ་ལུ།

སྒོམ་ཆེན་པ།



ནེ་པཱལ་ཡུལ་ས་ལ་བཱ་རཱ་རྫོང་ཁང་ལ་ར་ཏན་པུར་རི། བི་ཀྲམ་ལོ་༢༠༤༨་གཉིས་སྟོང་ཟླི་བཅུ་དྲུག་དིང་རི། དཔལ་ལྡན་རྡོརྗེ་ཏ་མང་ལ་སྐྱེ་བ་མུ་པ། ཨ་པ་བིར་བ་ཧཱ་དུར་ཏ་མང་ཐན་ཨ་མ་མཱ་ཡཱ་ཏ་མང་ལ་སྐུ་ཀྲུམ་སེ་སྐྱེ་བ་མུ་པ། ཏ་མང་དུ་གུ་སེ་བསྙེན་པ་ནག་ཟླ་བ་ཚེས་པ་བཅུ་ལྔ་ཀུ་ནུ། སྟུག་མོ་ལུས་སྦྲིན། བྲུ་རུང་ཁ་ཤོར་ཐེན་འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན་རི། འཛམ་བུ་གླིང་རི་ཙེ་པ་སེམ་ཅན་ཐམས་ཅད་ཏ

ཛ་པ་ཏ་གའི་བི་སི་མར་མེ་འཕྲུལ་མ་ལ་ཀུ་ནྲ། སྒྲོམ་ཆེན་དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏ་མང་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན། དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སྐྱེ་བ་དུས་རི་ཨ་མ་ལ་གསུང་རི་ཤ་དོ་རྗེམ་བི་སམ་རྦུད་པ། ཕོ་སུ་ཟུག་ཁ་བ་ཏ་སྨུ་པ། ཛོད་དུ་གུ་ཉན་ཆེན་རང་གིག་ནོན་ཀླང་སི་ཙི་པ། རོག་ག་དེ་ཐེན་གའི་མའི་ཨ་ཀླང་པ། བླམ་ག་དེ་སྦྲང་མ་མི་ལ་ནན་ཏང་པ། སྦོང་ཏ་རི་ནི་སི་ཀླང་སི་ཙི་པ། གཏམ་པང་པ་དུས་རི་ཛུམ་ཉད་སི་པང་པ། རང་གིག་ནོན་ཁྲད་སི་ཙི་པ་ལ་སྨུ་པ། གསུམ་དིང་ཉེན་ཆེ་ཙ་བ་ཟས་པ་སྤྱ་ཚན་པིན་ཏོ་པ། གཞན་ཏ་ཙ་པ་ཟས་པ་སྤྱ་ཚ་པིན་སམ་ཉན་གིག་ནོན་ཕོད་ཐན་ནོན་ཙི་སྨུ་པ། ཟས་པ་གསོལ་པ་དུས་རི་ཀབ་སི་གའི་མའི་ཨ་གསོལ་པ། ཙུ་རང་པ་རིག་པ་སྦྲང་མ་ཉེན་སེ་ཨ་པ་སེ་རྣམ་ས་ལ་བླམ་བསམ་གཏན་ཏ་མང་ཐེན་ཆོས་སློབ་པ་རི་པིད་སྨུ་པ། གའི་མ་གའི་མ་རང་གིག་ནོན་སྒྲོམ་རི་བཞུགས་པ་སྨུ་པ།

བི་ཀྲམ་ལོ་གཉིས་སྦོང་དྲུག་བཙུ་དིང་རི། རྒྱ་གར་ཡུལ་ས་ལ་ས་སྐྱུ་དགོན་པ་རི་ཕེབས་སི། ཏེ་དིང་དོན་ཆོས་སློབ་སི་ཕེབས་ཁ་ཛི། ཐེ་ལི་ཚ་དིམ་རི་དོ་ཁ་མ་ཉན་ཆེ་ཟུག་ཟེར་ཁ་སི། གཡ་རྐང་ཉེམ་སི་བོལ་པ་རི་ཨ་ཁམ་པ་ཏ་ཛི། ངལ་མིན་རི་རང་ག་དེ་སེ་བསད་པ་ཐ་པ། ཨ་ལའུ་བི་སི་གསུང་སྨུ་པ། བསད་པ་ཐ་པ་ལ་སམ། ཨ་ཛ་པ་ཏ་ལ་བི་སི་་གསུང་སྨུ་པ། ཏེ་རེ་ལ་ཀུ་ནྲ་དཔལ་

ལྷོན་རྡོ་རྗེ་དིམ་ལ་མི་ཏ་ཏི་གའི་ཨ་གསུང་ན། དིམ་རྒྱམ་སེ་ཐོན་སི་ཕེབས་ཛིམ། ཞི་ཀྲམ་ལོ་༢༠༧༣་ཟླ༨་གཉིས་ལ་ཀུ་ནུ་རྒྱམ་སེ་དཀའ་ཆེན་སྒྲུབ་པ་རི་གདན་བཞུགས་པ་སྨུ་པ། ཨ་ཛ་པ་མི་དུ་གུ་སེ་སྒོམ་ཆེན་ཏ་ལ་ནན་སྡུག་བསྡལ་ཡིན་ཛི། སྨིན་ཟླ་བ་ལ་གཉིས་བཅུ་ཀུ་ནུ། གུ་རུ་དཔལ་ལྷོན་རྡོ་རྗེ་ཏྲ་མང་། སྒོམ་སི་བཞུགས་པ་དུས་རི། ཀླུ་རྒྱལ་པོ་སེ་གདོན་པ་དུག་ཏ་ལྷུ་ར་དོ་ན། སྔོང་ཉ་རིན་གདན་བཞུགས་སི་ཐེ་དུག་ཏ་ཉལ་ཛི། ཚུ་ཟླ་བ་ལྔ་ལ་ཀུ་ནུ་སྒོམ་ལ་སི་བཞུགས་པ་དུས་རི། དཔལ་ལྷོན་རྡོ་རྗེ་ལ་ལུས་རྒྱམ་སེ་མེ་ཐོན་སི། ལུས་རི་སྨུ་པ་ནམ་བཟའ་ཀྱོ་སི་མེཕ་ར་དོ་ཛི། ཐེ་དུས་རི་དགེ་འདུན་ལ་མི། རྣམ་ས་ཡུལ་ས་ལ་མི་གདེ་ཏ་རྣམ་ཐར་གསུང་ཛི། གུ་རུ་སེ་རྣམ་ཐར་གསུང་པ་དུས་རི། ང་ཏ་ཏིག་ཏ་སྡེ་ཚན་སངས་རྒྱས་སེ་ཤེས་རབ་གདོན་པ་བི་སི་གསུང་ཛི། མི་ག་དེ་སེ་ཏིག་ད་མན་པང་སའི་ནོན་ང་དྲུག་དེང་དོ་ན་ཚུ་ཨ་འཐུང་ནན་སྒོམ་སི་ཙི་པ་བི་སི་གསུང་ཛི།

དགོ་ཟླ་བ་ལ་གཉིས་བཅུ་ནིཤ་ཀུ་ནུ། གུ་རུ་སེ་གསུང་ཛི། སྒོམ་ལ་སི་བཞུགས་པ་ཞིང་ཁམས་ཏ་བྱེང་སི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐེན་ཆམ་ནོན་ཙི་པ་བི་སི་གསུང་ཛི། གུ་རུ་དཔལ་ལྷོན་རྡོ་རྗེ་ཁ་ལའི་སེ་ཨ་མྲང་པ་གླུ་རི་ཕེབས་བཞུགས་ཛི། དགེ་འདུན་ལ་མི་གདེ་སེ། ང་ཏ་སྒོམ་ལ་པ་གླུ་རི་ཨ་མྲང་མ། ལ་ནན་སྡུག་བསྡལ་མན་པ་སེ་ལ་མ་ང་གཡའི་སི་ཁ་ཛི། ནག་ཟླ་བ་དྲུག་ཀུ་ནུ་དགེ་འདུན

ལ་མི་ག་དེ་ཏ་མཇལ་པ་རི་ཡིན་པ་མྱུ་པ། ཐེ་དུས་རི་དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སེ། ཙུ་སླ་ཀྲུམ་སེ་ངའི་ཞི་བ་ཡིན་པ་རི་ཨ་ཁམ་ལའི་བི་སི་གསུང་ཛི། རི་རི་ཙི་པ་སེམས་ཅན་ཐེན་པྲེ་ནོན་ཙི་སི། ཟླུག་དིང་ལི་ཚ་ཡུལ་ས་རི་ཞི་བ་བ་སི་ཁ་ལ་བི་སི་གསུང་ཛི། ང་ཏ་དྲན་པ་དགེ་འདུན་ལ་མི་ག་དེ་སེ་སྡུག་བསྔལ་ཨ་ལཙུ་བི་སི་གསུང་སི་སྒོམ་ལ་པ་རི་ཕེབས་བཞུགས་ཛི། ཟླུག་དིང་དོ་ན་སྒོམ་ལ་སི་ཡོན་ཏན་བ་སི་གདན་དེ་ཕེབས་བཞུགས་ཁ་པ་མྱུ་ལ།

ཀ༽ ཚིག་དོན།

ནག་ཟླ་བ།	ཅའི་ཏ་ཟླ།
ཆོས་པ་བཅུ་ལྔ།	ཉ་ཕྱུརི་མ།
སྡག་མོ་ལུས་སྦྲིན།	ན་མོ་བུདྡྷ
བྱ་རྡུང་ཁ་ཤོར།	བཽདྡྷ།
འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན།	ཤིམ་བྷུ།
ཆུ་ཟླ་	ཟླ་བ་དང་པོ།
སྒོམ་	སྒན།
དཀའ་ཆེན	ང་ཧང་སྡུག་བསྔལ།

རྫོང་ཁ	༄ཛོལ་ལྷ།
སྒོམ་ཆེན་	༄ལ་ནན་སྒོམ་ལ་བ་མི།ཧ་ཡཤ་བི།
ཟུག་ཟེར	༄ནད་པ།སྲུ་ཁ་བ།
ཆུ	༄ཀྲུའི།
དུག	༄བིཤ
སྡུག་བསྔལ	༄དུ་ཁ
ཀླུ་རྒྱལ་པོ	༄ཀླུ་ལ་གླེ།
སྨིན་ཟླ་བ	༄ཟླ་བ་བཅུ་པ།
རྣམ་ཐར	༄པྲ་བ་ཙན
ཤེས་རབ་	༄སྨྲིན
དབོ་ཟླ་བ་	༄ཟླ་བ་གསུམ་པ།
དགེ་འདུན་	༄སང་ལྒ།
ཞི་བ	༄ཤན་ཏི
ནག་ཟླ་བ	༄བཻ་སླཁ་ཟླ།
སེམས་ཙན་ཐམས་ཙད་	༄པྲི་ཏ་ཐུ།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏ་མང་ལ་ཨ་པ་ལ་མཚན་ཏིག་ཡིན་ན།

ཁ། དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏམང་ལ་ཨ་མ་ལ་མཚན་ཏིག་ཡིན་ན།

ག། ར་ཏན་པུར་རྣམ་ས་ཁ་ཇོ་པ་ཇོང་རི་སྨུ་ལ་།

ང། དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏིག་ལ་པ་རི་བཞུགས་ཅི།

ཅ། དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སེ་ག་དེ་དེང་དོ་ན་ཟས་པ་ཨ་གསོལ་ལའི།

ཆ། གའི་མ་ལ་ཀུ་ནུ་ཀྲུམ་སེ་དཀའ་ཆེན་སྒྲུབ་པ་རི་གདན་བཞུགས་པ་སྨུ་པ།

ཇ། གའི་མ་དགེ་འདུན་ལ་མི་ཐེན་རྣམ་ས་ཡུལ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ཏ་རྣམ་ཐར་གསུང་ཇི།

༢ ཆ་བསྒྲིགས་ན་ལའུ།

༡།	བླ་ནླ་རྫོང་ཁ	ལུས་ཀྲུམ་སེ་མེ་ཐོན་པ།
༢།	ཨ་པ་	ས་སྐྱ་དགོན་པ།
༣།	གསུམ་དེང་ཉེན་ཆེ	ཐིར་བ་ཧླ་དུར་ཏ་མང་།
༤།	བསམ་གཏན་ཏ་མང་	དཀའ་ཆེན་སྒྲུབ་པ་རི་གདན་བཞུགས་པ།

༥༽ བཀའ་ཆེན་སྒྲུབ་པ སྒྲོམ་ཆེན་པ།

༦༽ རྒྱ་གར ཙ་བ་ཟམ་སྤྲ་ཚན་པིན་ཧོ་པ།

༧༽ ༢༠༦༢་ཛོཁ་གཉིས་ལ་ཀུན ཆོས་སྐྱོབ་པ།

༨༽ ཚུ་ཟླ་བ་ལྔ་ལ་ཀུན ར་ཏན་པུར་རྣམ་ས།

༼༣༽ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ༽ ཛོད་དུ་གུ་ཉེན་ཆེན་རང་གིག་ནོན……………………སེ་ཅི་པ་སྨུ་བ།

ཁ༽ ……………………ག་དེ་སྲང་མ་མི་ལ་ནན་ཏང་པ་སྨུ་བ།

ག༽ བླ་མ་བསམ་གཏན་རྟ་མང་ཐེན་ཆོས……………………………སྨུ་པ།

ང༽ བསད་པ…………………ལ་སམ་ཨ་ཛ་བ་ཏལ་བི་སི་ གསུང་སྨུ་པ།

ཅ༽ ཨ་ཛ་པ་མི་དུ་གུ་སེ་སྒྲོམ་ཆེན་ཏ་ལ་ནན……………………པིན་ཌི།

ཆ༽ ནག་ཟླ་བ་དྲུག་ཀུན………………………………………ལ་མི་ག་དེ་ཏ་མཛལ་པ་རི་
པིན་པ་སྨུ་པ།

ཇ༽ ཙུ་སླ་ རྒྱུམ་སེ་ངའི………………………པིན་པ་རི་ཨ་ཁམ་ལའི་བི་སི་
གསུང་ཌི།

༼༡༽ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྒྲུབ་བཟོ་གོ།

སྔོང་ཏ་རི……………………………………………………

བྱ་རུང་ཁ་ཤོར……………………………………………………

བླ་མ……………………………………………………

གཏམ་པང་པ……………………………………………………

ཚོས……………………………………………………

སྒོམ་སི……………………………………………………

སློབ་པ……………………………………………………

༡༽ ཨ་འགྲིགས་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ནེ་ པླལ་ཡུལ་སལ་བླ་ནླ་རྫོང་ཁ་ལ་ར་ཏན་པུར་ནམ་ས་རི། ༢༠༡༨་གཉི་སྔོང་ལྷི་ཙུ་དྲུག་དེང་རི། ཏ་མང་དུ་གྲུ་སེ་རྟེན་པ་ནག་ད་བ་ཚོས་པ་བཙུ་ལྔ་ཀུ་ནུ། སྟག་མོ་ལུས་སྒྲིན་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ཐེན་འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན་རི་འཛམ་བུ་ལིང་རི་བཞུ་པ། དོ གཉོན་ཧྲ་མང་དུ་གྲུ་སེ་རྟེན་པ། ནག་ཟླ་བ་ཚོས་པ་བཙུ་ལྔ་ཉིན་རི།སྤྲུ་སྤྲུལ་རི་ཙི་པ་སེམ་ཙན་ཐམས་ཙད་ཏ། ཛ་པ་ཏ་གཞི་བི་སི་མར་མེ་འཕུལ་མ་ལ་ཀུ་ནུ།

ཨ་པ་ཤིར་བ་ཧླ་དུར་ཏ་མང་། ཨ་མ་མླ་ཡླ་ཏ་མངས་ལ་སྐུ་ཀྱམ་སེ། སྒྲོམ་ཆེན་དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏ་མང་སྐྱེས་བ་སྨུ་པ།

༦༽ དི་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་ཏ་མང་ལ་ཨ་མ་ལ་མཚན་མར་མེན་སྒྲོལ་མ་ཡིན་ན།

ཁ༽ ར་ཏན་པུར་རྣམ་ས་སིན་ཧྟུ་ལི་ཛོངས་རི་སྨུ་ལ་།

ག༽ དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སྒོམ་ལ་བ་རི་ཏང་སྨུ་པ།

ང༽ དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་སེ་རྒྱ་གར་ལ་ས་སྐྱ་དགོན་པ་རི་ནི་སི་ཧི་དིང་དོན་ཆོས་སློབ་སྨུ་པ།

ཅ༽ བསད་པ་ཐ་བ་ལ་སམ་ཛ་པ་ཏ་ལ་བི་སི་གསུང་སྨུ་པ།

ཆ༽ ནག་ཟླ་བ་དྲུག་ཀུ་ནུ་དགེ་འདུན་ལ་མི་ག་དེ་ཏ་མཛལ་པ་རི་པིན་པ་སྨུ་པ།

སྐྱུ་མེན་ཧྲོག།

ཙུ་ཧྲ་མང་རྒྱལ་ས་ལ་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཡིན་ན། ཡང་ཧྲ་མང་ལ་མེ་མེ་སེ་སྤྱོན་མ་དང་པོ་དུས་ཉན་ཆེ་བསྡེན་སི་ཁ་པ་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཡིན་ན། ཡང་ལ་རྒྱལ་འཁྲིམས་སེ་བསྡེན་སི་ཁ་པ་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཡིན་ན། ཙུ་སྐྱུ་མེན་ཧྲོ་ཤུབ་ནང་རིན་ཚར་པ་སྨུ་ལ། ལ་ནན་དིང་དོན་ཚར་ནོན་ཅི་སྨུ་ལ། སྐྱུ་མེན་ཧྲོ་ལྦྱོག་ཅ་མ་མི་ཏར་ཏར་པ་ནེ་རང་པ་སྲང་སྨུ་ལ། ཧྲ་མང་དུ་གུ་ལ་ཇ་པ་ཨ་ཇ་པ་སྒྲུད་ལ་པ་དུས་རི་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཨ་རེ་ན་ཨ་ཏ་པ་སྨུ་ལ། ཧྲ་མང་ལ་རིམ་ཁྲིམས་ལ་ས་གུན་རྒྱུན་པ་དུས་རི་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཧྲོ་སྨུ་ལ། ཧྲ་མང་དུ་གུ་སེ་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཏ་ལྷ་མེན་ཧྲོག་ནོན་གསུང་སྨུ་ལ། ལྷ་ཀླུ་ཏ་གསེར་སྐྱེམས་གཙང་མ་ལ་པ་དུས་རི་སྐྱུ་མེན་ཧྲོག་ཧྲོ་སྨུ་ལ། ལ་ནན་དིང་དོ་ན་གཙང་མ་ཏ་སི་ཅི་སྨུ་ལ། ཐེ་སེ་ལ་མ་ཙུ་མེན་ཧྲོག་ཧྲ་མང་ཡུལ་ས་ལ་ཡིན་ན།

ཕའི་ཁ

ཧ་མང་ཡུལ་ལ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།
ཏར་ཞུན་ཚར་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།
ག་དེ་ཛ་པ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།
ཧ་མང་རྒྱལ་པོ་ལ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ལྷ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།
ཀླུ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།
ལ་ནན་མཛེས་པ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།
དགོན་པོ་ལ་སངས་རྒྱས་ཏ་རྒྱན་པ་རི།

དང་པོ་ལ་རིམ་ཁྲིམས་བསྐྱེན་པ་རི།
ག་དེ་མཛེས་པ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།
རྡོན་རྡོན་ཙ་ཛི་རྡོན་མཛེས་པ།
ས་གུན་རྒྱན་མ་རྡོན་མཛེས་པ།

སྦྱོང་གིག་དུས་དོ་ན་ཚར་ཅི་པ།
བོག་ཏོ་གའི་མའི་ཨ་དོ་པ།
ག་དེ་མཛེས་པ་ཙུ་མེན་ཧོག།
སྐུ་ནང་རིན་ཚར་པ་ཙུ་མེན་ཧོག།

ཨ་པ་ལ་སེམས་རི་སྐུ་མེན་ཧོག།
ཨ་མ་ལ་སེམས་རི་སྐུ་མེན་ཧོག།
གསེར་སྐྲེམས་གཙང་མ་ལ་པ་རི།
ག་དེ་མཛེས་པ་སྐུ་མེན་ཧོག།
ཧ་མང་ཡུལ་ལ་ཙུ་མེན་ཧོག།

༼ཀ༽ ཚིག་དོན།

མེན་ཧོག།	༼མེན་དོ།༽
རྒྱན་པ།	༼མཛེས་ན་ལ་པ།༽
རིམ་ཁྲིམས།	༼དང་པོ་ཉེན་ཆེ་བསྟེན་ཚི་ཁ་པ་ཁྲིམས།༽
དང་པོ།	༼སྔོ་ཚ།༽
སྐུ་མེན་ཧོག།	༼ནང་རྒྱུམ་སེན་ཚར་པ་མེན་དོ།༽༽
ས་གུན།	༼ཀོ་སེ་ལི།༽

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། ཏ་མང་ཡུལ་ལ་མེན་ཏོག་ཏིག་ཡིན་ན།

ཁ། ལྷ་ཟེན་གླུ་ཏ་ཏོ་པ་མེན་ཏོག་ཏིག་ཡིན་ན།

ག། དགོན་པོ་ལ་ཏིག་ཏ་རྒྱན་པ་རི་སྐྱུ་མེན་ཏོག་ཏོ་མུ་ལ།

ང། སྐྱུ་མེན་ཏོག་ག་དེ་དུས་དོ་ན་ཚར་མུ་ལ།

ཅ། སྐྱུ་མེན་ཏོག་ག་དེ་དུས་དོ་ན་ཚར་ཙི་མུ་ལ།

ཆ། སྐྱུ་མེན་ཏོག་གའི་མའི་ཏིག་ཨ་ད་མུ་ལ།

༢ པང་ཙོ་ཟེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ།

ཏ་མང་ཡུལ་ལ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།

ཏར་ནུན་ཚར་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ག་དེ་ཛ་པ་སྐྱུ་མེན་ཏོག།

ཏ་མང་རྒྱལ་པོ་ལ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ལྷ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

གླུ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ལ་ནན་མཛོས་པ་སྐུ་མེན་ཏོག།

དགོན་པོ་ལ་སངས་རྒྱས་ཏ་རྒྱན་པ་རི།

དང་པོ་ལ་རིམ་ཁྲིམས་བསྐྱེན་པ་རི།

ག་དེ་མཛོས་པ་སྐུ་མེན་ཏོག།

༣ ཆ་བསྒྲིགས་ན་ལྟ།

དགོན་པ།	སྐུ་མེན་ཏོག།
ལྷ།	རྒྱན་པ།
རྒྱལ་པོ།	ཁྲིམས།
ས་གུན།	ཨ་མ།
ཨ་པ།	སངས་རྒྱས།
སྐུ་ནང་རི་ཚར་བ།	སླེ།
རིམ།	ཀླུ།
ཧ་མང།	ཡུལ།

༼༤༽ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྦྲུབ་བཟོ་གོ།

ཀ༽ སྐྱུ་མེན་ཏོག…………………………………………

ཁ༽ མཛེས་པ…………………………………………

ག༽ དགོན་པ…………………………………………

ང༽ སངས་རྒྱས…………………………………………

ཅ༽ རྒྱན་པ…………………………………………

ཆ༽ སྔོང་གིག…………………………………………

ཇ༽ ས་གུན…………………………………………

༼༥༽ དི་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)ཐྲི་གོ།

ཀ༽ རྟམ་ང་ཡུལ་ལ་མེན་ཏོག་སྐྱུ་མེན་ཏོག་ཡིན་ནམ།

ཁ༽ ལྷ་ཐེན་ཀླུ་ད་ཏོ་པ་མེན་ཏོག་སྐྱུ་མེན་ཏོག་ཡིན་ནམ།

ག༽ དགོན་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཏ་རྒྱན་པ་རི་ཙུ་མེན་ཏོག་ཨ་ཏོ་སུ་ལ།

ང༽ སྐྱུ་མེན་ཏོག་ས་གུན་རྒྱན་མ་མཛེས་པ་སྦྲང་སུ་ལ།

ཅ༽ སྐྲ་མེན་ཏོག་བོག་ཏོ་དོ་སྨུ་ལ།

ཆ༽ ཡང་ལ་ཕོ་ལྷ་བསྟེན་པ་རི་སྐྲ་མེན་ཏོག་ཏོ་སྨུ་ལ།

༼༦༽ ཨ་འབྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་འབྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཏྲ་མང་ཡུལ་ལ་ཀུ་མེན་ཏོ།

ཏར་ནུན་ཆར་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ཀ་དེ་ཛ་པ་ལྐུ་མེན་ཏོག།

ཏྲ་མང་གེལ་པོ་ལ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ལ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

སླུ་དའི་ཏོ་པ་ཙུ་མེན་ཏོག།

ལ་ནན་ཇོས་པ་སྐྲ་མེན་ཏོག།

གོན་པ་ལ་སང་རྒྱས་ཏ་གན་པ་རི།

སློབ་ཚན་ཉི་ཤུ།

ཆོས་གྲངས།༢༠༥༡།༡།༡༨

ཡི་གེ།

དྲིན་ཅན་རྡོ་རྗེ།

ཕྲུག་འཕྲུལ་ལ།

ཙུ་རི་ཨ་པ་ཨ་མ་ཨ་ལེ་ཨ་ང་དགོ་དན་ཁམ་བ་ཛ་བན་སྨུ་ལ། ཐེ་རི་རང་དའི་ནོན་ཛ་པ་སྨུ་ཏ་ལ་བི་སི་མན་པ་སྨུ་ལ། ཐེ་རང་ལ་བཞིན་ཁམ་བ་ཛ་བན་ཏ་གའི་བི་སི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཏ་སྨོན་ལམ་ལ་པ་ལ་སྨུ་ལ། རང་ཡམ་བུ་རི་ཕེབས་སི་ནོན་ལ་ནན་ཏ་སི་ཛིན་ཛེ། གདན་དེ་དོ་ན་ཏིག་ལའི་གསར་འགྱུར་ཨ་ཡང་མ། དིམ་ལ་ཐེཏ་མའི་དོག་ལན་སེམས་རི་སྡུག་བསྔལ་ཏ་པ་ལ་སྨུ་ལ། ཏུ་ཡུང་མ་ལ་ལོ་གསར་རི་པྲེ་ནོན་ཙི་སི་གཏང་མ་མི་ལ་ནན་ཚུ་པ་སྨུ་པ། ཙུ་སྐོར་སེ་ནོན་དོ་ཁ་ལ་པི་སི་གསུང་པ་སྨུ་པ། ཨ་པ་ཨ་མ་སེ་རང་ཕེབས་ཁ་པ་རྒྱ་ལམ་ཅ་སི་བཞུགས་པ་སྨུ་པ། རང་ཕེབས་ཨ་ཁ་ལའི་ཐེ་སེ་ལ་མ་ཙུ་པལ་ཆེ་ལ་ལོ་གསར་ལ་ནན་ཨ་ཚུ་པ་ཏ་ཛེ། ལོ་གསར་ཡང་རྟ་མང་ག་དེ་ལ། དོག་ནོན་བི་མ་ང་ཛང་དུས་ཆེན་ཡིན་ན། ལོ་གསར་རི་ཐབ་རེང་ཐབ་རེང་སྨུ་པ་་མི་ག་དེ་རང་ལ་དིམ་དྲན་སི་ཁ་སྨུ་ལ། རྣམ་དིམ་རི་མཛེས་ན་ལ་སི་ཛ་པ་ཛ་པ་ཙ་བ་ལོ་ལོ་སྒྲུད་བཏང་ག་དེ་བཞེང་པ་ལ་སྨུ་ལ།

ཏིག་ཏ་མྱུ་གེམ་ཙུ་རང་པ་དུས་ཆེན་རི་རང་ཨ་ཕེབས་ཁ་ལའི། གདན་དེ་དོ་ན་ཡི་གེ་གིག་ནོན་གཡང་པ་ཨ་རེ་ཙུ་ཡི་གེ་གཡང་མའི་ཆམ། ཙུ་ལ་བཀའ་ལན་ཕིད་ཁ་ལ་བི་སི་རེ་བ་ཀིན་སི་ཙི་པ་མྱུ་ལ། གཞན་དོ་གཏམ་རྩུབ་ཏ་མ་ལ་ལ། གདན་དེ་ཏ་ཙུ་དེན་ལགས་སོ་ཕྱུག་འཕྱུལ་ལ།

ཨ་ང

མར་མེན་སྒྲོལ་མ།

ཉི་མླ་ལ་ཡ་གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ།

དོ་ལ་ཁླ།

ཕིད་པ	གཡང་པ
མར་མེན་སྒྲོལ་མ་ཧྲ་མང	དོན་གྲུབ་ཧྲ་མང།
སྦྱུ་ཁླྀ་ཕེ་དླ་རྣམ་ས།	ཀླཛ་མཏཽ།
དོ་ལ་ཁླ།	

༼ཀ༽ཚིག་དོན།

ཁྲིན་ཅན། ༼ང་ཛང་ཡོན་ཏན་སླུ་པ་མི༽

དཀོན་མཆོག་གསུམ། ༼སངས་རྒྱས།ཆོས།དགེ་འདུན།གསུམ༽

ཕེབས་པ། ༼ཉི་པ༽

གསར་འགྱུར། ༼ཛ་པ་ཨ་ཛ་པ་གཏམ༽སོར

ལོ་གསར། ༼ཚར་དིང༽

ཙུ་སྙོར་སེ། ༼ཙུ་པལ་ཆེ༽

ཨ་ཚུ་པ། ༼ཨ་ཏང་པ༽

ལོ་ལོ། ༼ཐ་རི་ཐ་རི་ལ༽

བཀའ་ལན། ༼ཇོ་བླཕ༽

གཞི་རིམ་སློབ་གྲྭ། ༼པྲཱ་ཐ་མི་ཀ་བི་དྱཱ་ལཡ༽

༼༡༽སྦྱོང་ཚན།

ཀ༽ ཙུ་ཡི་གེ་ཁལ་སེ་ཁ་ལ་ད་བྲི་པ་ཡིན་ན།

ཁ༽ ལོ་གསར་རི་ཁ་ལ་དིམ་རི་ཨ་ཁ་ལའི།

ག༽ ལོ་གསར་ཡང་རྟ་མང་ལ་ཧིག་ཡིན་ན།

ང༽ ལོ་གསར་ལ་དུས་རི་ཏིག་ཏིག་ལ་སྨུ་ལ།

ཅ༽ ཏིག་སེ་ལ་མ་ཙུ་པལ་ཆེ་ལ་ལོ་གསར་ཨ་རྩུ་པ་ཏ་ཞེ།

ཆ༽ ཨེ་ལ་རོགས་ཏ་རང་ལ་ནམ་ས་ཡུལ་ལ་བ་རེ་རི་ཡི་གེ་བྲི་གོ།

༢ པང་གོ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ

དྲིན་ཆེན་ཇོ་ཇོ། ཕྱག་འཕུལ་ལ། དཀོན་མཆོག་གསུམ། ཏུ་ཡུང་མ།

ལོ་གསར། དུས་ཆེན། གཞན་དོ། སྨོན་ལམ། ཐེབས་པ།

གསར་འགྱུར། སྡུག་བསྔལ། ཙུ་སྐོར་སེ། བཀའ་ལན།

༣ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྒྲུབ་བཟོ་གོ།

ཀ༽ ཏུ་ཡུང་མ..

ཁ༽ ལོ་གསར..

ག༽ སྨོན་ལམ..

ང༽ བཀའ་ལན..

ཅ༽ དུས་ཆེན..

ཆ༽ ཙུ་སྐོར་སེ..

༤ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ། ཛོ་ཛེ་ཡམ་བུ་རི་ཕེབས་སི་ལ་ནན་ཏ་པ་ཨ་རེད།

ཁ། དན་དེ་དོ་ན་ཉིག་ལའི་གསར་འགྱུར་ཡང་པ་ཨ་རེད།

ག། ཙུ་པལ་ཚེ་ལ་ལོ་གསར་ལ་ནན་ཨ་ཚུ་པ་ཏ་ཧི།

ང། རྣམ་ས་དིམ་རི་ལོ་ལོ་སྒྲུད་བཏང་ག་དེ་བཞེང་པ་ལ་སྨུ་ལ།

ཅ། ཙུ་ཡི་གེ་མར་མེན་སྒྲོལ་མ་སེ་བྲི་བ་ཡིན་ན།

༥ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། ཛོ་ཛེ་ཡམ་བུ་རི……………………………སི་ལ་ནན་ཏ་ཧི།

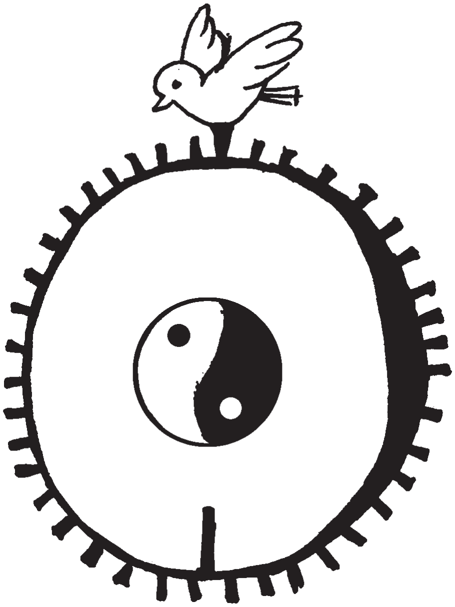
ཁ། ཏུ་ཡུང་མ་ལ……………………………བྲེ་ནོན་ཅི་སི།

ག། ཨ་པ་ཨ་མ་སེ་རང་ཕེབས་ཁ་པ…………ཅ་སི་བཞུགས་པ་སྨུ་པ།

ང། ཙུ་པལ་ཆེ་ལ་ལོ……………………………ལ་ནན་ཨ་ཚུ་པ་ཏ་ཧི།

ཅ། དོག་ནོན་བི་མ་ང་ཛང……………………………………………ཡིན་ན།

འདྲམ་ཕུ།



ཡང་རྟ་མང་ག་དེ་རིམ་ཁྲིམས་རི་ལ་ནན་ཕྱུག་པ་ཟུ་ལ། རྟ་མང་ག་དེ་ཏ་རོ་ཞེས་ན་ལ་པ་འདྲམ་ཕུ་ནོན་གིག་ཡིན་ན། འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་གོ་པ་ཕའི་ཏ་རྟ་མང་ག་དེ་སེ་གཞས་གློ་བི་སི་ཞེས་པ་ཟུ་ལ། རྟ་མང་གཞས་གློ་ཕའི་གོ་སི་འདྲམ་ཕུ་ཏ་ཏག་དིང་དིང་རབ་སི་ཤ་མ་མི་རྣམ་ས་དིམ་ནུན་ཚུ་པ་ཟུ་ལ། འདྲམ་ཕུ་ལ་དིང་དིང་ཉ་པ་སྐད་སེ་ས་ཟུ་ནོན་དུར་ཟུ་ལ། བི་སམ་གངས་ཤོང་ནོན་འོང་ན་ལ་ཟུ་ལ། ཚུ་རང་པ་ཡར་ལན་སེམས་ཐུར་པ་འདྲམ་ཕུ་ཁལ་སེ་བཞེང་ཏ་ལ་བི་སི། ཨེ་ཉིད་ག་དེ་ལ་སེམས་རི་མན་ཟུ་ཏ་ལ་།

སྔོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། གཏོར་སེ་ཇོ་མོ་གངས་རི་པདྨ་ཧོ་ཧྗེ་བི་པ་ཧྲ་མང་ལ་མེ་མེ་གིག་སྒུ་པ། ཇོ་མོ་གངས་ལ་རིའི་ནང་རི་སྐོར་པ་དུས་རི་སྨྲ་བའི་ཤ་པ་སྨྲང་ཧིམ། སྨྲ་བའི་ཤ་པ་སྨྲང་མ་མི་མེ་མེ་པདྨ་ཧོ་ཧྗེ་ལ་སེམས་ལ་ནན་གཏང་ཧིམ། པདྨ་ཧོ་ཧྗེ་དའི་ནོན་སྨྲ་བའི་རང་ལ་བཞིན་ཤ་པ་སེམས་སྐྱེས་ཧིམ། ཐེ་སྨྲ་བའི་རང་ལ་བཞིན་ཤ་པ་རི། རབ་པ་འདྲམ་ཕུ་གིག་ཨ་རེ་ན་ཨ་ཏ་པ་བི་སི་སེམས་ནང་རི་མན་ཧིམ། ཨམ་བུ་ཤིང་ལ་གེ་རོ་བཟོ་སི་གསུམ་བཅུ་གཉིས་ཟེར་ཁ་ཐེ་རེ་རེ་རྐད་སི་གཏང་གསར་ལ་འདྲི་ཆེང་ཧིམ། འདྲམ་ཕུ་ལ་མཐོ་རི་ཕུར་ཕུར་ཤ་པ་བྱ་གིག་བཟོ་སི་ཏོག་ཐན་ཧིམ། ཐེ་རང་པ་འཁོར་འཁོར་པ་འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཙམ་མི་དུའི་དུར་ཉ་ཧིམ།

ཙུ་རང་ལ་སི་བཞེང་པ་འདྲམ་ཕུ་ཕྱུག་རི་མཐོ་སི་གཞས་གློ་ཕའི་གོ་སི། པདྨ་ཧོ་ཧྗེ་མེ་མེ་རིའི་ནང་རི་ཕུར་ཕུར་གཏང་སི་ཤ་ཧིམ། རྣམ་ས་ཡུལ་ལ་མི་ག་དེ་ནོན་རིའི་ནང་རི་རྒུབ་ཏ་སི་ཙ་པ་རི་ཁ་ཧིམ། ཙུ་རང་ལ་སི་འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཤ་སི་གོ་སི་རྣམ་པདྨ་ཧོ་ཧྗེ་མེ་མེ་སེ་ཡར་ལན་སེམས་རྒྱུ་ན་ལ་ཧིམ། པདྨ་ཧོ་ཧྤེ་མེ་མེ་སེ་

འབྲུམ་ཕུ་རྩུ་རང་ལ་སི་བཞེང་པ། འབྲུམ་ཕུ་ལ་ལྷའི་གོ་སི་གཏམ་པ་ག་དེ་སེ་གསུང་པ་སྲུ་ལ། འབྲུམ་ཕུ་རབ་སི་ཤ་པ་ལྷའི་གོ་པ་མི་ཏ་འབྲུམ་ཕུ་རེ་བི་སྲུ་ལ། ལོ་གསར། འབྲེལ་སངས། ཆོས་བར་རང་པ་དུས་སངས་རི་ལྷའི་གོ་སྲུ་ལ། འབྲུམ་ཕུ་རེ་ག་དེ་གཡ་རི་འབྲུམ་ཕུ་མཐོ་སི་ཁྲུར་ཁྲུར་དིང་སི་ཤ་སྲུ་ལ།   གའི་མམ་ཙི་པ་གའི་མམ་རེ་པ་ལ་སི་ཤ་པ་སྲུ་ལ། གཏམ་པ་སེ་འབྲུམ་ཕུ་རབ་སི་རྟ་མང་ལ་རིམ་འཁྲིམས་ལ་ལྷའི་ལ་སྐད་རི་ཤ་པ་སྲུ་ལ། གཏམ་པ་ཐེན་འབྲུམ་ཕུ་རེ་ག་དེ་སེ་ཁའི་རི་གཡང་པ་ཐེ་རིན་འབྲུམ་ཕུ་ཨ་རབ་པ་སྲུ་ལ། དུས་སངས་རི་འབྲུམ་ཕུ་རབ་སི་ལྷའི་གོ་ཧོ་ཇིམ་བི་སམ་ཐེ་དིམ་ལ་ཀྲན་པ་སེ། གཏམ་པ་ཐེན་འབྲུམ་ཕུ་རེ་ལ་སྔོན་རི་ཞལ་དཀར་འཕུལ་ཧོ་པ་སྲུ་ལ། ཞལ་དཀར་གིན་མ་ཉེན་ཆེ། སྔུ་ཚ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཏ་མཆོད་པ་འཕུལ་སི། ཡུལ་ལ་གནས་བདག་གཞི་བདག་ཏ་གསེར་སྐྱེམས་འཕུལ་སྲུ་ལ། ས་གུན་ལ་མ་ཉེན་ཆེ་འབྲུམ་ཕུ་རབ་སི་ལྷའི་གཏིད་པ་སྲུ་ལ།

༼འབྲུམ་ཕུ་ལ་ལྷའི་ཁ༽

ཨ་མའི་ལེ་རྟོའི་ཨ་མའི་ལེ།
རབ་སི་ཙི་པ་རྩུ་འབྲུམ་ཕུ།
ཁལ་སེ་བཞེང་པ་བི་ལ་ལྷ།
གཏོར་གཏོར་ཇོ་མོ་གངས་རི་མི།

ངར་གླིང་ཚགས་པ་པང་རི་མི།

གདང་གསར་ངང་གི་ལ་དྲི་ཚང་སི།

ཨམ་བྲུ་ཤིང་ལ་གེ་རོ་རི།

གསུམ་བཅུ་གཉིས་ཟེར་ཁ་ཐེ་རེ་རེ།

འདྲམ་ཕུ་ཙ་མམ་ཕླིག་ཕླིག་པ།

རབ་སི་ཙ་མམ་དིར་ཉ་པ།

པདྨ་དོ་རྗོ་སེ་བཞེང་ཐན་ཇིམ།

ཀ༽ ཚིག་དོན།

ཕྱུག་པ།	ལ་ནན་ནོར་སྐུ་པ།ཧྣ་ནི།
གཞས་གླུ།	ཏ་མང་ཕཱའི
བཞེང་པ།	པཟོ་པ།
ཟེར་ཁ།	ཀཱི་ལཱ
ཡར་ལན།	ཚང་མ་ལན།
འབྲེལ་སངས།	འབྲེལ་བ་ཏ་བ་དུས་སངས། བིཀླ།
ཚོ་བར།	ཛ་ཛ་ཀོ་ལ་ལ་སྒྲ་ཐབ་བ་དུས་སངས།
རྒན་པ	ཙོ་བོ་མི།
ཞལ་དཀར།	ཞལ་གར།ས་གུན།
གནས་བདག་གཞི་བདག།	ཡུལ་ལ་ལྷ་དུ་གུ།

སྦྱོང་ཚན།

༡ ཉོད་པ་གཏམ་ལ་ལེན་པེན་གོ

ཀ། རྟ་མང་ག་དེ་ཏིག་རི་ལ་ནན་ཕྱུག་པ་སྐུ་ལ།

ཁ། རྟ་མང་ག་དེ་ད་རྫོ་ཞེས་ན་ལ་པ་ཏིག་ཡིན་ན།

ག། འདྲམ་ཕྲུ་རབ་སི་གོ་པ་ཕའི་ཏ་རྟ་མང་ག་དེ་སེ་ཏིག་པང་སྐུ་ལ།

ང། ཏིག་སྨྲང་སི་མེ་མེ་པདྨ་རྡོ་རྗེ་ལ་སེམས་གཏང་ཇེམ།

ཅ། མེ་མེ་པདྨ་རྡོ་རྗེ་སེ་རི་ནང་རི་ཏིག་ཀླུང་པ་སྨྲང་ཇེམ།

ཆ། འདྲམ་ཕྲུ་ཁལ་སེ་བཞེང་པ་ཡིན་ན།

ཇ། རྣམ་ས་དིམ་ལ་མི་དུ་གྱུ་ཁའི་རི་རུབ་ཏ་ཁ་ཇིམ།

ཉ། ཁ་ཇི་པ་དུས་སངས་རི་འདྲམ་ཕྲུ་རེ་དུ་གྱུ་འདྲམ་ཕྲུ་རབ་སི་ཤ་སྐུ་ལ།

༢ པང་རྡོ་ཐེན་བྲི་པ་ཡོབ་གོ།

འདྲམ་ཕྲུ་རབ་སི་གོ་པ་ཕའི་ད་རྟ་མང་ག་དེ་སེ། གཞས་གློ་བི་སི་ཤེས་པ་སྐུ་ལ། རྟ་མང་གཞས་གློ་ཕའི་གོ་སི་འདྲམ་ཕྲུ་ཏ་ཏག་དིང་དིང་། རབ་སི་ཤ་མ་མི་རྣམ་ས་དིམ་ནོན་ཚུ་པ་སྐུ་ལ། འདྲམ་ཕྲུ་ལ་དིང་དིང་ཉ་པ་སྐད་སེ་ས་སྐུ་ནོན་དུར་སྐུ་ལ། གངས་ཤོང་ནོན་འོང་ན་ལ་སྐུ་ལ། ཡར་ལན་སེམས་ཐུར་པ་སྐུ་ལའདྲམ་ཕྲུ་རབ་མ་མི། ཁལ་སེ་བཞེང་པ་ཏ་ལ་བི་སི་ཨེ་ཉིད་ག་དེ་ལ་སེམས་རི་མན་སྐུ་ཏ་ལ། སྔོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། གཏོར་སེ་ཇོ་མོ་གངས་རི།

༼༣༽ བར་སྟོང་རི་འགྲིགས་པ་ཚིག་ཐན་གོ།

ཀ༽ ཡང་ཧྣམང་རིམ་ཁྲིམས་རི་ལ་ནན···སྲུལ།༼སྤྲང་པོ།ཕྱུགཔ།མཛེས་པ༽

ཁ༽ འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་གོ་བ་ཞའི་ད·····························བི་སྲུ་ལ།༼གཞིས་གློ།

ཧྣ་མང་ཞའི།ཞའི་ཁ༽

ག༽ གཏོར་སེ·····························རི་པདྨ་དོ་རྗེ་བི་པ་མེ་མེ་གིག་སྲུ་པ།༼གླིང་།

ཇོ་མོ་གངས། ཉོ་བ་གངས༽

ང༽ འདྲམ་ཕུ·············སེ་བཞེང་པ་ཡིན་ན།༼བྱོན་དོ་རྗེ།པདྨ་དོ་རྗེ།མེ་མེ༽

ཅ༽ འདྲམ་ཕུ་མཐོ་རི···················ཕྱང་བ་བྱ་གིག་བ་ཟོ་སི་ཏོག་ཐན་ཨིམ།

༼ཕཏུ་ཕུར།འཁོར་འཁོར།དིང་དིང༽

ཆ༽ རྣམས་ཡུལ་ལ་མི་ག་དེ་ནོན····ནང་རི་ཏུབ་ཏ་ཨིམ།༼རི།དིམ།གངས།༽

ཇ༽ གསུམ་བཅུ་གཉིས··················ཐེ་རེ་རེ་ཀད་སི་འདྲི་བི་ཆེང་ཨིམ།༼བྱ།

ཏང་གི།ཟེར་ཁ།༽

ཉ༽ གཏང་གསར་གཏང་གི་གིག་རི་ནང་རི·····························སྤྲང་ཨི་སྲུ།

༼ཚོང་པ།སློང་པ།གཞན་པ།༽

༤ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་ཟོ་གོ།

འདྲམ་ཕྱུ།...

ཕྱུག་པ།...

ཇོ་མོ་གངས།...

རྣམ་ས།...

ལོ་སར།...

ཞལ་དཀར།..

བཞེང་པ།..

ཡར་ལན།..

འབྲེལ་སངས།..

༥ ཚ་བསྒྲིགས་ན་ལུ།

ངོ་ཤེས་ན་ལ་པ།	པདྨ་རྡོ་རྗེ།
འདྲམ་ཕྱུ་བཞེང་པ།	གཏང་གི།
ཏ་མང་ལྷའི།	འདྲམ་ཕྱུ།
གཏང་གསར།	གཞས་སློ།
ཇོ་མོ་གངས།	ཏར་སླིང་ཚགས་པ་གངས།

༦ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རེ་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རེ་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ། རྟ་མང་ག་དེ་ད་ངོ་ཤེས་ན་ལ་པ་འབྲམ་ཕུ་ནོན་གིག་ཡིན་ན།

ཁ། ཇོ་མོ་གངས་ལ་རི་ནང་རི་སྐོར་པ་དུས་རི་ཅུར་གྱུན་ཤ་པ་སྨྲང་ཨིམ།

ག། འགོར་འགོར་པ་འབྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཅ་མ་མི་དུའི་དུར་ན་ཉ་ཨིམ།

ང། རྣམ་ས་ཡུལ་ལ་མི་ག་དེ་ནོན་དེམ་ནང་རི་རྒུབ་ཏ་སི་ཅ་པ་རི་ཁ་ཨིམ།

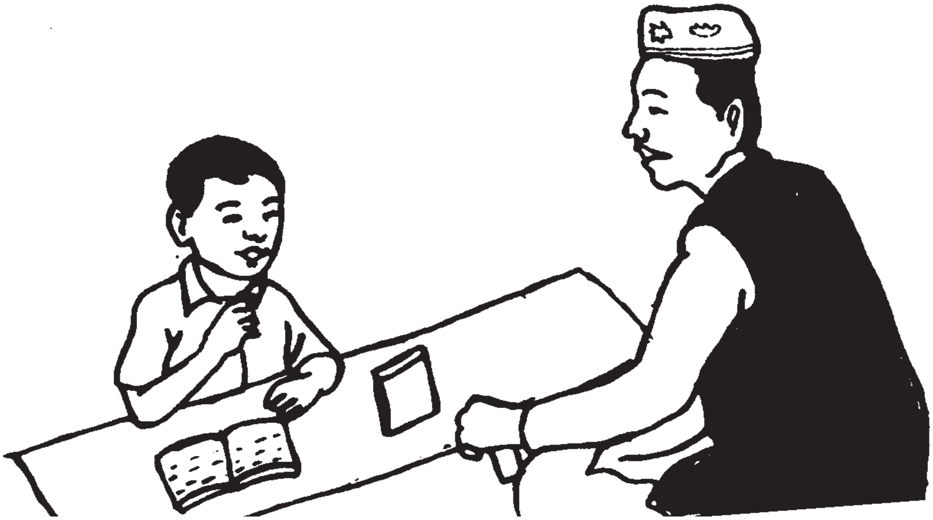
ཅ། འབྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཤ་པ་གོ་པ་མི་དཀྲན་པ་བི་སྨུ་ལ།

ཆ། སྨྲ་བའི་ཤ་པ་སྨྲང་མ་མི་མེ་མེ་པདྨ་རྡོ་རྗེ་ལ་སེམས་ལ་ནན་གཏང་ཨིམ།

༧ ཨ་འགྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ངོན་མ་དང་པོ་དུའི་ལ་ཏམ་ཡིན་ན།   ཏོར་སེ་ཇོ་མོ་གང་རི་པེང་དོ་ཇེ་བི་བ་ཏ་མང་ལ་མེ་མེ་གིག་སྨུ་པ།   ཇོ་མོ་གང་རི་ཀོར་པ་དུད་རི་སྨྲ་བའི་ཤ་པ་སྨྲང་ཨིམ། མེ་མེ་པདྨ་དོ་ཇེ་ལ་སེམ་ལྷ་ནན་ཏང་ཨིམ། སྨྲ་བའི་རང་ལ་ཞིན་ཤ་བ་སེམ་ཀེ་ཨིམ།

ཨ་པ་ཐེན་ཛོ་ལ་གླིང་གཏམ།



པ་སངས་འཛིན་གྲྭ་ལྔ་རི་མཁན་པ་ལ་ནན་ཛོན་པ་སློབ་ཕྲུག་ཡིན་ན། པ་སངས་སེ་ཨ་གོ་པ་གཏམ་རང་བི་མ་མཁན་པ་མི་ཏ་ཉོད་པ་ཇ་བ་ཡོན་ཏན་སྨུ་པ་སློབ་ཕྲུག་ཡིན་ན། ཏི་ར་ལ་ཀུ་ནུ་པ་སངས་སེ་རྣམ་ས་ལ་རྒྱན་པ་དུ་གུ་སེ་གཏམ་བ་ལ་གཏམ་ལ་པ་ཐའི་ཛིམ། ཐེ་གཏམ་དུ་གུ་པ་སངས་སེ་ཨ་གོ་ལའི། ཐེ་ཏ་པ་སེ་ལ་མ་ཨ་གོ་པ་གཏམ་དུ་གུ་ཨ་པ་ཏ་ཉོད་པ་རི་པ་སངས་ཨ་པ་ཐེན་རུབ་ཏ་ནི་ཛི།

པ་སངས་ ལགས་སོ་ཨ་པ།

ཨ་པ་ ལགས་སོ།

པ་སངས་ ཨ་པ་ཏ་ཁ་རང་པ་སྨུ་ལ།

ཨ་པ	ང་ཏ་ཛ་བན་སྨུ་ལ་ཛ། ཨེ་ད་ཙ་ཁ་རང་བ་སྨུ་ལ།
པ་སངས	ང་དའི་ཛ་བན་སྨུ་ལ་ཨ་པ། ཨ་པ་རང་ཏ་ཉིག་ལའི་ཨ་གོ་བ་གཏམ་ཉོད་གེ་བི་སི་མན་པ་སྨུ་པ།
ཨ་པ	ཨེ་སེ་ཨ་གོ་པ་གཏམ་ངའི་པང་ལ། ཉོད་གོ་ལེ་པ་སངས་ཉིག་གཏམ་ཡིན་ན།
པ་སངས	ཉི་ལ་ཞེས་རབ་ལ་རྣམ་ས་རི་གཏམ་པ་བི་པ་གཏམ་ཐའི་སྨུ་པ། ཉིག་ཡིན་ན་ཨ་པ་ཙུ་གཏམ་པ་བི་པ་ཙ།
ཨ་པ	ལ་ནན་ཛ་པ་གཏམ་ཉོད་ཛཱི་པ་སངས་ཨེ་སེ། གཏམ་པ་བི་པ་ཡང་ཏྲ་མང་ལ་རིམ་ཁྲིམས་ཐེན་དང་པོ་ལ་སྐད་རན། སྙོང་རབ་ག་དེ་ལ་གཏམ་ཞའི་ལ་སྐད་རྒྱམ་སེ་པང་ཁམ་པ་མི་ཡིན་ན།
པ་སངས	ཏྲ་མང་ཡུལ་པ་ནང་རི་ཐེ་ལ་སྐྱྲད་ཉིག་ཡིན་ན་ཨ་པ།
ཨ་པ	ཏྲ་མང་ཡུ་ལ་པ་ནང་རི་ཛ་པ་སྐྱྲད་དུས་རི་ཛ་ན་ལ་སི་ཚང་ན་གོ་ན་ལ་པ་ཏ་གཏམ་པ་བི་སྨུ་ལ། འབྲེལ་སངས་ལ་དུས་རི། གཏམ་པ་ལ་སྐྱྲད་ང་ཛང་ཁ་སྨུ་ལ། འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་ཞའི་གོ་སི། ཡུལ་བ་ཏ་རྩུ་ན་ལ་པ་སྐྱྲད་གཏམ་བ་སེ་ལ་སྨུ་ལ།
པ་སངས	གཏམ་པ་སེ་ཁ་རང་བ་ཞའི་་གོ་སྨུ་ལ་ཨ་པ། ངའི་དྭན་དེ་དོག་ན་ཐའི་པ་ཨ་རེ། གཏམ་པ་སེ་གོ་པ་ཞའི་གིག་གསུང་བཞུགས་གོ་ལེ།
ཨ་པ	པ་སངས་གཏམ་པ་སེ་གོ་པ་ཞའི་མི་ཛ་པ་རི་ཨ་ཁམ་པ་དོ་

ནན་སྲུ་ལ།   ཏ་སའི་ནོན་ཛ་ཛ་གིག་ངའི་གོ་སི་པིན་ལ།

པ་སངས བླ་མ་བི་པ་ཙ་ཏིག་ཡིན་ན་ཨ་པ།།

ཨ་པ བླ་མ་བི་པ་ཆོས་རི་སྲུ་པ་ཅིག་ལ་དོན་ལ་པ་གུ་རུ་ཡིན་ན། ཨ་ཛ་པ་སྐྱོད་ཐེན་སྡིག་པ་ལ་སྐྱོད་ཏ་ཧ་སི་ཛ་པ་ཐེན་དགེ་བ་ལ་སྐྱོད་ལ་པ། སྡུག་བསྔལ་ལ་འཁོར་བ་རི་སྲུ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཏ་ཐར་ན་ལ་པ་སྐྱོད་བླ་མ་ལ་ཡིན་ན།

པ་སངས ཧྟ་མང་ཡུལ་བ་ནང་རི་བླ་མ་ལ་སྐྱོད་ཏིག་ཡིན་ན་ཨ་པ།

ཨ་པ ཡང་ཧྟ་མང་ག་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་བསྟེན་པ་མི་ཡིན་ན། བླ་མ་སེ་ཆོས་ལ་རྣམ་ཐར།   སྨོན་ལམ་ཐེན་ཆོས་ལ་རིམ་ཁྲིམས་ནང་རི་སྲུ་བ་སྐྱོད་ག་དེ་ལ་སྲུ་ལ།   དགེ་བ་ཐེན་ཆོས་ལ་ཉམས་ལེན་ལ་སྲུ་ལ།

པ་སངས ཚུ་སྨོན་ལམ་ལ་པ་དུས་རི་སེམས་རི་ལ་ནན་ཏང་སི་ཁྲེད་སྲུ་ལ།   ཨ་པ་རང་སེ་སྨོན་ལམ་ནོན་ལ་ཞེས་སྲུ་ལ།   ང་དའི་སྨོན་ལམ་གིག་སློབ་བཞུགས་གོ་ལེ།

ཨ་པ སྨོན་ལམ་བླ་མ་དེ་སེ་ཨ་ཡིན་ན།   ཡང་དོག་སེན་ལ་ཧོ་སྲུ་ལ།   ཡང་སེ་སྨོན་ལམ་ལ་ཊི་བི་སམ་སངས་རྒྱས་ལ་བྱིན་རླབ་གཡང་སྲུ་ལ།   ཚུ་སྨོན་ལམ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྨོན་

ལམ་ཡིན་ན། དམ་ཛ་ན་ལ་སི་ཉན་ནོ།

པ་སངས གཏམ་པ་ཀྲན་པ་བི་པ་ཏིག་ཡིན་ན་ཨ་པ།

ཨ་པ ཨེ་སེ་ལ་ནན་ཛ་པ་གཏམ་ཉོད་ཛི་པ་སངས། ཡང་ལ་ཧྲ་མང་ཡུལ་བ་ནང་རི་ཤེས་པ་གོ་པ་མཁྱེན་པ་མི་ག་དེ་ཏ་ཀྲན་པ་བི་སྨུ་ལ། ཀྲན་པ་སེ་ཡུལ་བ་ཏ་ཁྲིམས་ནང་རི་ཐན་པ། ཛ་པ་ཛ་པ་གླེང་མོ་ག་དེ་གདོན་པ་སྨུ་ལ། ཡུལ་ལ་རིམ་ཁྲིམས་ལུགས་སོ་ཏ་སྐྱོབ་པ་སྦྲུད་ལ་སྨུ་ལ།

པ་སངས ཏི་ནི་ཨ་པ་རང་སེ་ང་ལ་སེམས་ནང་རི་མན་པ་ལ་ནན་གཏམ་ལ་ལན་གདོན་བཞུགས་ཛོ། ཐེ་ཏ་པ་སེ་ལ་མ་ང་ལ་སེམས་ལ་ནན་གསལ་གསལ་ཏ་ཛི། ངའི་ཨ་གོ་པ་གཏམ་ག་དེ་རང་ཏ་དོ་སི་ལི་ཚ་ཉོད་པན་ལ་ལ། གདན་དེ་ཏ་རང་ཏ་ལ་ནན་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཨ་པ དྲན་སྨུ་ལ། ཨེ་དའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་པ་སངས།ཧྲ་མང་ཡུལ་བ་ནང་ལ་གཏམ་བ། ཀྲན་པ་བླ་མ་ལ་སྐོར་རི་ལ་ནན་ཛ་པ་

གཏམ་ཉོད་ཇི། ཨེ་སེ་ལ་ནན་གཏམ་གོ་ཛཻ་བི་པ་མན་པ་སྨུ་ལ།

ཚིག་དོན

གླིང་གཏམ།	མེན་དོ་གཉིས་བི་མ་ལ་ན་མི་ནང་རི་ཏ་བ་གཏམ།
འཛིན་གྲྭ་	རིམ་པ། ཀ་ཀླ།
ཛོན་པ	སེམས་ནང་སེན་ཏང་སི་སྐྱིད་ལ་བ།
སློབ་ཕྲུག	སློབ་པ་རི་ཁ་བ་མི།
མཁན་པ	ཤེས་པ། གོ་བམི།
ཡོན་ཏན	ཇ་བ་རིག་པ།
མན་པ	སེམས་རི་ཁ་བ་གཏམ།
བཞེང་མཁྲུན	བཞེང་བ་མི།
ཚུ་ན་ལ་བ	སེམས་ཏང་ན་ལ་བ
ཁླ་པ	བྱུང་པ།
འཁོར་བ	ཙ་ཀྲ།
སྟོན་པ་རྒྱ་ལམ	ཞུན་པ་རྒྱ་ལམ།
འདྲེན་པ	རྒྱ་ལམ་རི་ཁྲིད་པ།
ཉམས་ལེན	སླ་ཧྲ་ནླ།ཨ་བྲླུས།

དུས་གསུམ	ཉི་པ།དན་དེ་ཐེན།ཁ་པ་དུས
ཀུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ	སངས་རྒྱས་ལ་མཚན།
དངོས་གྲུབ	སིདྡྷི། བྱིན་རླབས།
བདེ་བ་ཆེན་པོ	ང་ཇང་སྐུ་ཁ།

སྦྱོང་ཚན།

༄༅། ཉོད་པ་གནམ་ལ་ལེན་དོན་སོ།

ཀ། པ་སངས་ག་དེ་རི་ཁྲིད་པ་ཁ་རང་པ་སློབ་ཕྲུག་ཡིན་ན།

ཁ། པ་སངས་ཨ་པ་ཐེན་ཏིག་ཏ་རུབ་ཏ་བ་རི་ནི་ཛི།

ག། གནམ་པ་བི་པ་གནམ་པ་སངས་སེ་ཁའི་རི་ཐའི་སྨུ་པ།

ང། ཛ་མང་ཡུལ་བ་ནང་རི་ཁ་ལ་ད་གནམ་བ་བི་སྨུ་ལ།

ཅ། ཁ་རང་པ་མི་ཏཀླམ་བི་སྨུ་ལ།

ཆ། ཡང་སེ་སྨོན་ལམ་ལ་ཧི་བི་སམ་ཏིག་ཡང་སྨུ་ལ།

ཇ། ཛ་མང་ཡུལ་པ་ནང་རི་ཁ་ལ་ད་རྒན་པ་བི་སི་པང་སྨུ་ལ།

ཉ། ཡུལ་ལ་རིམ་ཁྲིམས་ལུགས་སྲོལ་ད་སྐྱོབ་པ་སྐྱུད་ཁ་ལ་སེ་ལ་སྨུ་ལ།

༢ ཙུ་སྨོན་ལམ་སྐད་འགྲིགས་ནལ་སི་པང་ངོ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།

དངོས་གྲུབ་ཀུན་བདག་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས།

བར་ཆད་ཀུན་སེལ་བདུད་འདུལ་དྲག་པོ་རྩལ།

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ།

ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་།

བསམ་པ་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས།

༣ བར་སྟོང་རི་འགྲིགས་པ་ཚིག་ཐན་ནོ།

ཀ། པ་སངས.......................................ལྷ་རི་ཁྲིད་པ་སུ་ལ།

ཁ། པ་སངས་ལ་ནན་ཇོན་པ.......................................ཡིན་ན།

ག། པ་སངས་སེ་ཤེས་རབ་ལ་རྣམ་ས་རི...............བི་པ་གཏམ་ཐའི་སུ་པ།

ང། འབྲེལ་སངས་ལ་དུས་རི...............................ལ་སྒྲུད་ང་ཇང་ཁ་སུ་ལ།

ཅ། ཡང་ཧྲ་མང་ཙུ་གུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས...................མི་རིགས་ཡིན་ན།

ཆ། ཤེས་པ་གོ་པ་མཁས་པ་མི་ཙུ་གུད.......................................བི་སུ་ལ།

ཇ། ....སེ་ཇ་བ་ཇ་བ་གླིང་མོ་ག་དེ་དོན་པ་སུ་ལ།

ཉ། ངའི་ཨ་གོ་པ་གཏམ་ག་དེ་རང་ད.......................ལི་ཚ་ཉོད་པན་ལ་ལ།

༤ ཆ་བསྒྲིགས་ན་ལའུ།

རྫོན་པ	ཛ་པ་རིག་པ།	
སློབ་ཕྲུག	ཞེས་པ།	གོ་པ་མི།
མཁན་པ	སློབ་པ་རི་ཁ་པ་མི།	
ཡོན་ཏེན	སེམས་ནང་སེན་ཏང་སི་སྒྲུད་ལ་བ།	
གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ།	སེམས་རི་ཁ་བ་གནམ།	
མན་པ	དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ	
སྔིག་པ་ལ་སྒྲུད	རང་ཐེན་གཞན་ད་ཨ་ཛ་པ་སྒྲུད།ཕླཔ་ཁ་པ་སྒྲུད།	

༥ དི་ལ་ཨ་འགྲིགས་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཧྲ་མང་ཡུ་ལ་པ་ནང་རི་ཛ་བ་ཨ་ཛ་པ་། ཁ་རང་བན་གེད་སྨུ་སའི་ནོན་ཐེ་ད་རྫོན་ལ་སི། ཚང་ན་ལ་བ་རི་གནམ་བ་སེ་གེ་ཏང་བཞེང་མཐྲུན་དོ་སི་ནོན་སྒྲུད་ལ་པ་སྨུ་ལ། འབྲེལ་སང་ལ་དུས་རི་གནམ་བ་ལ་སྒྲུད་ང་ཛང་ཁ་སྨུ་ལ། འདྲམ་ཕུ་རབ་སི་ལྷའི་གོ་སི་ཡུལ་བ་དཀྱུ་ན་ལ་པ་སྒྲུད་ཙ་གནམ་བ་སེ་ལ་སྨུ་ལ།

༦ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་བཟོ་གོ།

ལགས་སོ་……………………………………………

འདྲམ་ཕུ་……………………………………………

ཡུལ་བ་……………………………………………

གནམ་བ··

སློབ་ཕྲུག··

མཁན་པ··

ཡོན་ཏན··

ཚང་མ་སེན··

(༤) དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ) པ་སངས་ལ་ཡོན་ཏན་ཇ་བ་སྨུ་བ།

ཁ) པ་སངས་སེ་རྣམ་ས་ལ་བླ་མ་དུ་གུ་སེ་ལ་བ་གནམ་ཐའི་ཐཻ།

ག) ཤེས་རབ་ལ་རྣམ་ས་རི་གནམ་པ་བི་པ་གནམ་ཐའི་སྨུ་པ།

ང) བོན་པོ་སེ་སྒྲུད་གཏང་བཞེང་མཁྲུན་དོ་སི་ནོན་སྒྲུད་ལ་བ་སྨུ་ལ།

ཅ) བླ་མ་བི་པ་ཚིག་ལ་དོན་ལ་ཙ་གུ་རྩུ་ཡིན་ན།

ཆ) རྒན་པ་སེ་ཡུལ་བ་ད་ཇ་བ་ཇ་བ་གླིང་མོ་ག་དེ་དོན་པ།

ཇ) པ་སངས་སེ་གནམ་བ་རྒན་པ་བླ་མ་ལ་སྐོར་རི་ལ་ནན་ཇ་བ་གནམ་ཉོད་ཇི།

ཚེ་ཐར་ལ་ཕན་ཡོན།

སྔོན་མ་བསྐལ་པ་དང་པོ་དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། རྒྱ་གར་ཡུལ་ས་རི་འཕྲི་ཙན་བི་པ་རྒྱལ་པོ་གིག་སྨུ་པ། ཐེ་རྒྱལ་པོ་ཏ་ཟས་པ་གསོལ་པ་དུས་རི། ཆིང་ངའི་ཀ་ཐེན་ཆི་ངའི་ཤ་ཨ་རེ་ན་ཨ་ཏ་པ་སྨུ་པ། རྒྱལ་པོ་སེ་སོ་ཏེ་དོན་སྔོང་ཁྲི་བི་མལ་ནན་སེམས་ཙན་ག་དེ་ཏ། བསད་སི་ཆིང་གའི་ཀ་འཐུང་པ་ཐེན་ཆིང་ངའི་ཤ་ཙ་པ་སྨུ་པ། སེམས་ཙན་ག་དེ་ཏ་བསད་སི་ཀ་འཐུང་པ་ཐེན་ཤ་ཙ་པ། ཨ་ཛ་པ་རིག་པ་སེ་ལ་མ་རྒྱལ་པོ་དམྱལ་བ་རི་སྐྱེས་ཐེམ། རང་ལ་ཨ་ཛ་པ་ལས་སེ་ལ་མ། དམྱལ་བ་རི་

སྐྱེས་བ་ཀིན་སི། ལ་ནན་སྡུག་བསྔལ་གཡང་ཡིམ། ཐེ་རྒྱལ་པོ་ཏ་དམྱལ་བ་རི་སྲང་མ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེ་སངས་རྒྱས་ཏ་ཞུ་ལ་ཡིམ། ཉིག་སེ་ལ་མ་རྒྱལ་པོ་དམྱལ་བ་རི་སྐྱེས་བ་ཀིན་སི། ལ་ནན་སྡུག་བསྔལ་གཡང་པ་ཡིན་ན་བི་སི་ཞུ་ཡི། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་སེ་བཀའ་གནང་ཡི། ཙུ་མི་སེ་རང་མི་ལུས་རི་སྐྱེས་བ་ཀིན་བ་དུས་རི། ཆིང་དའི་ཤ་ཐེན་ཆིང་དའི་ཀ་རི་ཏང་སི་ལ་ནན་སེམས་ཅན་ཏ་བསད་སྨུ་པ། ཐེ་རང་པ་ལས་སེ་ལ་མ་ཙུ་རང་པ་སྡུག་བསྔལ་རི། ཅི་ཏོ་པ་ཡིན་ན་བི་སི་བཀའ་གནང་ཡི། སངས་རྒྱས་ལ་བཀའ་ཐའི་མ་ཉན་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེ་དོ་སི་སངས་རྒྱས་ཏ་ཞུ་ཡི། གདན་དེ་དམྱལ་བ་ནང་རི་སྡུག་བསྔལ་གཡང་སི་ཅི་པ། ཐེ་རྒྱལ་པོ་ཏ་ཐར་ན་ལ་པ་རི་ཡང་སེ་ཉིག་ལ་ཏོ་ལ་བི་སི་གསུང་ཡི། སངས་རྒྱས་སེ་བཀའ་གནང་ཡི། རྒྱལ་པོ་ཏ་ཐེ་སྡུག་བསྔལ་རྒྱམ་སེ་ཐར་ན་ལ་པ་རི། རྒྱ་ལམ་གིག་སྨུ་ལ། མི་ཡུལ་རི་ཕེབས་སི། ཐེ་ལ་མིན་རི་ལ་ནན་སེམས་ཅན་དུ་གུ་ཏ་ཆེ་ཐར་ལ་ཏོ་ལ། ཐེ་རང་ལ་སི་བི་སམ་རྒྱལ་པོ་ཏ། ཐེ་སྡུག་བསྔལ་རྒྱམ་སེ་ཐར་ན་ལ་ཁམ་ལ། མི་ཡུལ་རི་ཕེབས་ཁ་སི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེ། ཐེ་རྒྱལ་པོ་ལ་མིན་རི་ལ་ནན་ཆེ་ཐར་ལ་སི། དམྱལ་བ་རྒྱམ་སེ་ཐར་ན་ལ་ཡི།

ཁ་ལའི་སེ་བསད་པ་རི་མའི་པ་སེམས་ཅན་ཏ་བསད་པ་རི་ཨ་པིན་ན། ཐེ་སེམས་ཅན་ཏ་སོན་ལ་སི་ཆེ་ཐར་ན། ལ་པ་སྒྲུད་ཏ་ཆེ་ཐར་བི་སྨུ་ལ། ཉི་ནི་ཉན་ཆེ་ལ་ནན་དིང་དོན་ཆེ་རེང་གའི་བི་སི། ར། མེ། སྨུའི། རྟ་ག། བྱ། གཏར

ཉ་ག་དེ་ཏ་ཚེ་ཐར་ལ་སམ། ལ་ནན་ཕན་ཡོན་ཐེན་བསོད་ནམས་ཐོབ་པ་སྨུ་ལ། བི་སི་སངས་རྒྱས་སེ་གསུང་པ་སྨུ་ལ། ཆོས་པ་བཅུ་ལྔ། ཆོས་པ་བརྒྱད། ཆོས་པ་བཅུ་རི་ཚེ་ཐར་ལ་ཛི་བི་སམ་ལ་ནན་ཇ་པ་ཏ་སྨུ་ལ། ཚེ་ཐར་ལ་ཛི་བི་སམ་རང་དེ་ཏན་ཨ་ཡིན་ན། འཛམ་བུ་གླིང་རི་སྨུ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཏ་ཇ་བ་ཏ་ལ། བསྐལ་པ་བསྐལ་པ་ཉན་ཆེ་ལ་པ་སྡིག་པ་ཐེན་སྒྲིབ་དག་སྨུ་ལ། ཚེ་ལ་བར་ཆད་སེལ་སྨུ་ལ། ཁ་ལའི་ལ་ཚེ་ཉམ་པ་སྨུ་སམ་ཚེ་ཐར་ལ་མ་ཉེན་སེ་ཚེ་རེང་སི་ནི་སྨུ་ལ། ཚེ་ཐར་ལ་མ་ལ་ནན་བསོད་ནམས་ཐོབ་པ་སེ་ལ་མ། རང་ལ་སེམས་སེ་མན་པ་དོན་གྲུབ་ཏ་སི་ནི་ལ། ཡང་སེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཏ་བསད་པ། སྡུག་བསྔལ་པིན་པ་སྒྲུད་ལ་པ་རི་ཨ་ཏ་སྨུ་ལ། ཚེ་ཐར་པིཏ་པ་ཇ་པ་སྒྲུད་དུ་གུ་ལ་ཧོ་སྨུ་ལ།

༡༽ ཚིག་དོན།

བསྐལ་པ	ཛ་ཨ་ཁམ་བ་དོ་ན་ལ་ནན་རིང་བ་དུས།
གསོལ་པ་ལ་དུས་རི	ཙ་པ་དུས་རི།
ཚིང་ངའི	ཨ་མིན་བ།
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ	དྷ་རྨ་རཱ་ཛོ།
ཕན་ཡོན	ཕཱལི་དཱ།
བཀའ་གནང་པ	སངས་རྒྱས་སེ་གསུང་པ།
བསོད་ནམས།	པུ་ཎྱ།
བར་ཆད།	བཱ་དྷཱ།
དགའ་པ	གཙང་མ།
དོན་གྲུབ་པ	སེམས་སེ་སྨན་པ་ཐོབ་པ།

སྦྱོང་ཚན།

༢༽ དེ་ལ་ཉོད་གཏམ་ལ་ལེན་པིན་གོ

ཀ༽ རྒྱལ་པོ་ལ་ཁ་རང་བ་རིག་པ་སྨུ་པ།

ཁ༽ རྒྱལ་པོ་ཏིག་སེ་ལ་མ་དམྱུལ་བ་རི་སྐྱེས་ཨི།

ག༽ རྒྱལ་པོ་ཏ་དམྱུལ་བ་རི་ཁ་ལ་སེ་སྨྲང་ཨི།

ང༽ ཉིག་སེ་ལ་མ་རྒྱལ་པོ་སེ་དམྱལ་བ་རི་སྐྱེ་སི་སྡུག་བསྔལ་གཡང་ཞི།

ཅ༽ སངས་རྒྱས་སེ་ཐེ་རྒྱལ་པོ་ཏ་ཐར་ན་ལ་པ་རི་ཉིག་ལ་ཏོ་ལ་གསུང་ཞི།

ཆ༽ ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེ་མི་ཡུལ་རི་ཕེབས་སི་ཉིག་ལ་ཞི།

ཇ༽ ཆོ་ཐར་ཉིག་ཏ་བི་སྨུ་ལ།

ཉ༽ ཁ་ཞི་པ་ཁ་ཞིཔ་ཆོས་པ་རི་ཆོ་ཐར་ལ་སམ་ཇ་པ་ཏ་སྨུ་ལ།

ཏ༽ ཆོ་ཐར་ལ་སམ་ཉིག་དག་སྨུ་ལ།

༣༽ ཆ་བསྒྲིགས་ན་ལཱུ།

རྒྱལ་པོ་འཕྲི་ཅན	སེམས་ཅན་ད་སོ་ན་ལ་པ།
བཀའ་གནང་པ	རྒྱ་གར་ལ་གློ།
དམྱལ་བ	སྡུག་བསྔལ་གཡང་པ་གླ།
ཆོ་ཐར	སངས་རྒྱས།
མཚན།	སེམས་སེ་སྨན་པ་ཐོབ་པ།
དོན་གྲུབ་པ	མིན།
སྨོན་མ	གཙང་མ།
དག་པ	དང་པོ།

༼༨༽ བར་སྟོང་རི་འགྲིགས་པ་ཚིག་བྲིས་གོ།

ཀ༽ སྔོན་མ་བསྐལ་·········དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། ༼ཉི་བ།དང་པོ།ཁ་བ།༽

ཁ༽ རྒྱ་གར་ཡུལ་ས་རི་···འཕྲི་ཙན་ བི་པ་སྨུ་པ།

༼སངས་རྒྱས།རྒྱལ་པོ།ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།༽

ག༽ རྒྱལ་པོ་སེ·······རི་སྐྱེས་བ་ཀིན་ ཛི། ༼མི་ཡུལ།ལྷ་ཡུལ།དམྱལ་བ།༽

ང༽ སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་སེ·································གནང་ཛི།

༼བཀའ།གཏམ།གསུང་།༽

ཅ༽ རྒྱལ་པོ་ཏ་ཐེ་སྡུག་བསྡུལ་རྒྱམ་སེ་ཐར་ན་ལ་པ་རི············གིག་སྨུ་ལ།

༼རྒྱུ་ལམ།གླུ།ཡུལ་ས།༽

ཆ༽ སེམས་ཅན་ད་སོ་ན་ལ་སི་ཚེ་ཐར་ན་ལ་བ་སྒྲུད་ད················བི་སྨུ་ལ།

༼ཚེ་བར།ཚེ་ཐར།བསོད་ནམས༽

ཇ༽ ཚེ་ཐར་ལ་ཛི་བི་སམ་ཡར་དན······························ཐེན་ཛ་བ་ཏ་སྨུ་ལ།

༼དོན་གྲུབ་པ།ཕན་བ།སྡུག་བསྡུལ༽

ཉ༽ ཁ་ལའི་ལ་ཚེ་ཉམ་པ་སྨུ་སམ···················ལ་མ་ཚེ་རེང་སི་ཉི་སྨུ་ལ།

༼ཧྲ་ཛྨ།ཚེ་ཐར།སྨོན་ལམ།༽

༥ ཕང་གོ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ།

ཁ་ལའི་སེ་བསད་པ་རི་མའི་པ་སེམས་ཅན་ཏ་བསད་པ་རི་ཨ་པིན་ན། ཐེ་སེམས་ཅན་ད་སོན་ལ་སི། ཚེ་ཐར་ན་ལ་བསྐྱུད་ད་ཚེ་ཐར་བི་སྨུ་ལ།ཏི་ནི་ཉེན་ཆེ་ལ་ནན་དིང་དོན་ནཚེ་རེང་གའི་བི་སི། ར། མེ། སྨུའི། རྣག། ཐྲ། གཏར་ཉ་ག་དེ་ཏ་ཚེ་ཐར་ལ་སམ། ལ་ནན་ཕན་ཡོན་ཐེན་བསོད་ནམས་ཐོབ་པ་སྨུ་ལ། སངས་རྒྱས་སེ་གསུང་པ་སྨུ་ལ། ཆེས་པ་བཅུ་ལྔ།ཆེས་པ་བརྒྱད། ཆེས་པ་བཅུ་རི་ཚེ་ཐར་ལ་ཛི་བི་སམ་ལ་ནན་ཛ་པ་ཏ་སྨུ་ལ། ཚེ་ཐར་ལ་ཛི་བི་སམ་རང་དེ་ཏ་ཨ་ཡིན་ན། འཛམ་བུ་གླིང་ལ་སེམས་ཅན་ཏ་ཛ་བ་ཏ་སྨུ་ལ།

༦ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་བཟོ་གོ།

བསད་པ……………………………………………

ཟས་པ……………………………………………

ཕན་པ……………………………………………

སྐྱིད……………………………………………

མི་ཡུལ……………………………………………

སྐྱེས་པ……………………………………………

བསོད་ནམས……………………………………………

ཐོབ་པ……………………………………………

ཚེ་རིང……………………………………………

པིན་པ……………………………………………

༤ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✕)བྲི་གོ།

ཀ། རྒྱལ་པོ་འཕྲི་ཅན་ལ་ཇ་བ་རིག་པ་མྱུ་བ།

ཁ། རྒྱལ་པོ་ཚེ་ཐར་ལ་བ་སེ་ལ་མ་དམྱུལ་བ་རི་སྐྱེས་ཇི།

ག། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེ་རྒྱལ་པོ་འཕྲི་ཅན་ད་མི་ཡུལ་རི་མྲང་ཇི།

ང། སེམས་ཅན་ད་སོ་ན་ལ་སི་ཚེ་ཐར་ན་ལ་བ་སྒྲུད་ད་ཚེ་ཐར་བི་མྱུ་ལ།

ཅ། ཚེ་ཐར་ལ་ཇི་བི་སམ་བསླུལ་པ་བསླུལ་པ་ཉན་ཚེ་ལ་སྡིག་པ་ཐེན་སྒྲིབ་པ་དག་མྱུ་ལ།

ཇ། ཁ་ལའི་ལ་ཚེ་ཉམ་པ་ མྱུ་སམ་ཚེ་ཐར་ལ་མ་ནེན་སེ་ཚེ་རེང་སི་ནི་མྱུ་ལ།

༥ དེ་ལ་ཨ་འགྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཁ་ལའི་སེ་བསད་པ་རི་མའི་པ་སེམས་ཅན་ཏ་སད་པ་རི་ཨ་པིན་ན། ཐ་སེམས་ཅན་ད་སོ་ན་ལ་སི་ཚེ་ཐར་ན་ལ་བ་སྒྲུད་ད་ཚེ་ཐར་བི་མྱུ་ལ། ཏི་ནི་ཉེན་ཆེ་ལ་ནན་དིང་དོན་ཆེ་རེང་གའི་བི་སི། ར། མེ། མྱུའི། རྣག། བྱ། གཏར་ཉ་ག་དེ་ཏ་ཚེ་ཐར་ལ་སམ། ལ་ནན་ཕན་ཡོན་ཐན་བསོད་ནམས་ཐོབ་པ་མྱུ་ལ། སང་རྒྱས་སེ་གསུང་པ་མྱུ་ལ། ཆེས་པ་བཙུ་ལྔ། ཆེས་པ་བརྒྱད།ཆེས་པ་བཙུ་རི་ཚེ་ཐར་ལ་ཇི་བི་སམ་ལ་ནན་ཇ་པ་ཏ་མྱུ་ལ། ཚེ་ཐར་ལ་ཇི་བི་སམ་རང་དེ་ཏ་ཨ་ཡིན་ན། འཛམ་བུ་གླིང་

གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་ཏཱ་མང་།

གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་ཏཱ་མང་རྒྱ་གར་ལ་རྡོ་རྗེ་གླིང་ལ། རང་དུ་ཙི་ཡཱ་ཀཱ་མཱན་རི་བི་ཀྲམ་ལོ་༢༠༠༠ལ་སྐྱོ་གནས་ལ་ཀུ་ནུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན། ཞེ་ལ་ཨ་པ་ལ་མཚན་བུདྡྷི་མཱན་ཡོན་ཛོན་ཏཱ་མང་། ཨ་མ་ལ་མཚན་ཆོས་སྐྱུ་སྒྲོལ་མ་ཡིན་ན། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་ཛ་ཛ་ཉན་སེ་ཞའི་གོ་པ་ཤ་པ་རི་ལ་ནན་ཛོན་པ་སྨུ་པ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་ཏཱ་མང་སེ་རོལ་དབྱངས་ལ་སྤྱ་ཚལ་རིག་པ་རྡོ་རྗེ་གླིང་རིན་སློབ་པ་སྨུ་པ། ཕྱི་ལོ་༡༩༦༤་རི་གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན། དོག་སེ་བི་མ་སྤྱ་ཚ་ཡམ་བུ་རི་ཕེ་བས་ཁ་ཛི།

གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་དོག་སེ་བི་མ་སྦུ་ཚ་བཞེང་པ་ཞིའི། ཧྲི་སྒྲོ་ཇོས་ཧྲོ་སྨུ་ཏུ་མེ་རོ་པ་ནི་བི་པ་ཞིའི་ཡིན་ན། ཙུ་ཞིའི་ཕྱི་ལོ་༡༩༧༠་རི་བཞེང་པ་སླུ་པ། ཐེ་ལི་ཚ་གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་སེ་ལ་ནན་ཞིའི་དུ་གུ་བྲིས་པ། སྐད་འདོན་པ་ཐེན་རོལ་དབྱངས་བཟོ་པ་ལ་ཇི།

གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་སེ་སྟོང་ཇ་གིག་བི་མ་ལ་ནན་ཞིའི་རི་རོལ་དབྱངས་དོན་སླུ་པ། ལ་ནན་ཞིའི་རི་སྐད་འདོན་པ་སླུ་པ། ཐེ་སེ་ཡུལ་ས་ལ་ཞིའི། གཞས་གླུ་ཞིའི། ཚར་པ་ཞིའི་རི་ཐེན་གློག་བརྙན་དུ་གུ་རི་ནུན་སྐད་འདོན་པ། རོ་ལ་དབྱངས་བཟོ་པ་ལ་སླུ་པ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་སེ་ཧྲ་མང་སྒྲོད་ལ་དོག་སེ་བི་མ་སྦུ་ཚ་ལ། གློག་བརྙན་སེམས་རི་ཚོར་སྟོན་རི་སྐད་ཐེན་རོལ་དབྱངས་འདོན་པ་སླུ་པ། ཐེ་སེ་ནེ་པཱ་ལི་སྒྲོད་རི་ཨེམ་ཨེ་གདོན་ཁྲིད་པ་སླུ་པ། ཞིའི་ཐེན་རོལ་དབྱངས་བཟོ་པ་རི་ལ་ནན་ཇོན་པ་ཡོན་ཇོན་སེ་ནི་ཤཱ་ནི་༥༠། ནི་ཤཱ་ནི་༥༣ཐེན་རི་ཁུ་རང་ག་བི་པ། ཨེལ་བམ་དུ་གུ་ཧྲད་པ་སླུ་པ། ཐེ་རང་ལ་སིན་སྒྲུ་ཇོག་མན་ཇུ་རི་བི་པ་དེབ་ནུན་བྲིས་པ་སླུ་པ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་སེ་པདྨ་ཀན་ཐེ་ཀྲམ་ཕཤ་ཨ་༼མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་༽རི། ༢༩་དིང་དོ་ན་དགེ་རྒན་དོ་སི་སྒྲུད་ལ་པ་སླུ་པ། ཙུ་རང་ལ་སི་ཞིའི་ཐེན་རོལ་དབྱངས་ལ་ཐུམ་རི་ཇ་པ་སྒྲུད་ལ་པ་སེ་ལ་མ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན་ཧྲ་ལ་ནན་རྒྱུན་ཐོབ་དུ་གུ་སེ་རྒྱུན་པ་སླུ་པ། ནེ་པཱ་ལི་ཐེན་ཧྲ་མང་ཡུལ་པ་ལ་དོན་རི། ལ་ནན་གྲེན་སྒྲུད་ལ་པ་གོ་པཱལ་ཡོན་ཇོན། བི་ཀྲམ་ལོ་༢༠༥༩ཇོཋ་ནིཤ་ལ་ཀུ་ནུ་རྒྱ་གར་ལ་ན་ཡཱ་དིལ་ལི་རི་དྲོངས་ཇི།

ཀ༽ ཚིག་དོན།

རྒྱ་གར	༈ རྒྱ་རད
རྡོ་རྗེ་གླིང	༈ ཧྲར་ཛི་གླིང་
ཛ་ཛ་ཉེན་སེ	༈ ཛ་ཛ་དིང་ཉེན་སེ
རོལ་དབྱངས་	༈ སङ्गीत
རྫོན་བ	༈ སྦྱྲད་ལ་བ་རི་ཧང་བ
ཕྱི་ལོ	༈ ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ལོ། ཨིས་བི་སམ་བཏ
དོག་སེ་བི་མ་སྤུ་ཚ	༈ ཚང་མན་བི་མ་སྤུ་ཚ
སྐད་འདོན་པ	༈ གོ་པ
གཞས་གླུ་ཕའི་	༈ གཞས་གློ་ཕའི་
ཚར་པ་ཕའི་	༈ ཚར་དུས་ལ་ཕའི།
གློག་བརྙན	༈ ཙལ་ཙི་ཏྲ།
ཚོར་སྦྱོན་	༈ ཙེ་ཏ་ན།
རྒྱན་ཐོབ	༈ པུ་རས་ཀཱར
འགྲེན	༈ ང་ཛང་།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་ཁའི་རི་སྐྱེ་བ་སྨུ་པ།

ཁ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་ལ་སྐྱེ་བ་གའི་མ་ཏ་ཛི།

ག། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་ལ་ཨ་པ་ལ་མཚན་ཏིག་ཡིན་ན།

ང། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་གའི་མ་ཉེ་པཱལ་རི་ཕེབས་ཁ་ཛི།

ཅ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་སེ་ཁ་རང་པ་ཁ་རང་པ་ཞའི་གོ་ཛི།

ཆ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་སེ་བྲིས་པ་དེབ་ལ་མིན་ཏིག་ཡིན་ན།

ཇ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་སེ་ག་དེ་དོན་ན་ཁྲུད་པ་སྨུ་པ།

ཉ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་ཁའི་མ་དྲོངས་ཛི།

༢ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང་ལ་ཨ་པ……………………………ཡིན་ན།

ཁ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང……………………………རི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན།

ག། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་རྟ་མང……………………………རི་ཡམ་བུ་རི་ཕེབས་ཁ་ཛི།

ང། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་སེ……………………………བེ་མ།

ཅ། གོ་པཱལ་ཡོན་ཛན་སེ……………………………དོན་ཁྲུད་ཛེ།

ཆ༽ ཧ་མང་སྐྱོད་ལ་དོག་སེ་བི་མ་སྨྱུ་ཚ་ལ་གློག་བརྙན………………ཡིན་ན།

ཇ༽ གོ་པླུལ་ཡོན་ཇོན………………………………………………རི་དྭངས་ཇི།

ཉ༽ ལ་ནན་ལྷའི་རི…………དབྱངས་དོན་སྨུ་པ།

༼༣༽ ཡང་གོ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ

ཇོ་ཇེ་གླིང་། རོལ་དབྱངས། གློག་བརྙན། སྟོང་ཇ།གཞས་གླུ། དོག་སེ་བི་མ་སྨྱུ་ཚ། ཚར་པ། སེམས་རི་ཚོར་སྨོན། སྐད་འདོན་པ། འགྲེན། དྭངས།

༼༤༽ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྒྲུབ་བཟོ་གོ།

རྒྱ་གར…………………………………………………

ཇོ་ཇེ་གླིང…………………………………………………

མཚན…………………………………………………

ཇ་ཇ་ཉེན་སེ…………………………………………………

ཀོ་པ…………………………………………………

རིག་པ…………………………………………………

ཇོན་བ…………………………………………………

ཌོག་སེ་བི་མ་སྦུ་ཚ..

སྟོང...

འདོན་པ...

གཞས་གླུ་ཕའི...

ཚར..

༼༥༽ དི་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན

ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་རྟ་མང་ལ་ཨ་པ་བུདྡྷི་མཱན་ཡོན་ཛོནཡིན་ན།

ཁ༽ གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་རྟ་མང་ཡམ་བུ་རི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན།

ག༽ གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་སེ་ཡུལ་ས་ལ་ཕའི་གོ་ཛི།

ང༽ རྟ་མང་སྒྲོད་ལ་ཌོག་སེ་བི་མ་སྦུ་ཚ་ལ་གློག་བརྙན་སེམས་རི་ཚོར་སྟོན་ཡིན་ན།

ཅ༽ སྒྱུ་ཛོཀ་མཇུ་རི་བི་པ་དེབ་གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་སེ་བྲིས་པ་མུ་པ།

ཆ༽ གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་སེ་པཏྨ་ཀྣ་ཀྲམ་པས་རི་༧༠་དེ་ང་དོ་ན་དགེ་རྒན་དོ་

སི་སྒྲུད་ལ་པ་མུ་པ།

ཇ༽ གོ་པཱལ་ཡོན་ཛོན་བི་ཀྲམ་ལོ༢༠༥༤ཇེཋ་ཉི༢༡་ལ་ཀུ་ནུ་ཐོངས་ཛི།

༦༽ ཨ་འགྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཙུ་རང་ལ་སི་ཡཨི་ཐེན་རོལ་ཡང་ལ་ཐུམ་རི། ཛ་པ་གེ་ལ་པ་སེ་ལ་མ་གོ་པློལ་ཡོན་ཛོན་སེ། ལ་ནན་པུ་རས་ཀླར་དུ་གུ་སེ་གེན་པ་སུ་པ། ནེ་པློ་ལི་ཐེན་ཏྲ་མང་ཡུལ་བ་ལ་དོན་རི། ལ་ནན་ཁྲེན་སྐྲུད་ལ་པ་གོ་པློལ་ཡོན་ཛོན། བི་ཀྲམ་ལོ༢༠༥༩ཛེཊ་ཉིཤ་ལ་ཀུ་ནུ། རྒྱ་གར་ལ་ན་ཡུ་དི་ལྷི་རི་དྲོངས་ཧི།

༧༽ ཚ་བསྒྲིགས་ན་ལའུ།

རྒྱ་གར།	བུདྡྷི་སྨན་ཡོན་ཛོན།
ཨ་པ།	རྡོ་རྗེ་གླིང་།
ཨ་མ །	ཆོས་སྐུ་སྒྲོལ་མ།
མཚན །	ཏྲ་མང་ཡའི།
གཞས་གླུ་ཡའི།	མེད།

ཐ་མག།

སྔོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ་གནམ་ཡིན་ན། རྒྱ་ནག་བི་པ་ཡུལ་ས་གིག་སྨུ་པ། ཐེ་ཡུལ་ས་ལ་རྣམ་ས་གིག་རི་རིམ་ཁྲིམས་ལ་རིག་པ་ཨ་རེ་པ། ཨ་ཇ་པ་སེམས་སྨུ་པ་ཚ་མེ་གིག་སྨུ་པ། ཐེ་ང་རྒྱལ་རིག་པ་སེ་ལ་མ། ཐེ་ལ་སེམས་ཚ་ལང་མ་ལང་ཏ་སི་ཤི་པ་རི་ཆའི་སྨུ་པ། ཐེ་དུས་རི་ཐེ་སེ་པང་ཛི། ཙུ་ང་ལ་ལུས་སེ་འཛམ་བུ་གླིང་ལ་མི་ཐེན་སེམས་ཅན་དུ་གུ་ཏ་ནོང་ན་ལ་པ། ཨ་ཇ་པ་རྒྱམ་འུན་ཁམ་པ་གྲུབ་ཐོབ་གཡང་པ་སྨུ་ལ། ང་ཤི་སི་ནི་མ་ཉན་ཆེ་ང་ལ། ཙོ་ལུས་ཏ་ཐླུ་གིག་རི་ཀྲུ་སི་ཐན་གོ། ཐེ་རྒྱམ་སེ་

འཛམ་བུ་གླིང་རིན་ཨ་རེ་པ། མེན་ཏོག་གིག་ཚར་ལ། ཐེ་མེན་ཏོག་ལ་ཐང་སེ་སེམས་ཏ་ཐོམ་ཐོམ་ལ་ལ། འཛམ་བུ་གླིང་རི་སྨུ་པ་དོག་ནོན་མི་གཱ་དེ་སེ་ཙུ་ཏ་ཐུང་ལ། ཙུ་ཐུང་མ་ཉེན་ཆེ་ཨ་ཛ་པ་སྒྲུད་ལ་པ་རི་སེམས་ནི་ལ། ཛ་པ་སྒྲུད་ཕྱྭ་སི་ནི་ལ། རིག་པ་ཛ་པ་ཨ་རེ་པ་ཚམེ་སེ་པང་སྨུ་པ། བི་སི་དམ་པའི་ཆོས་ནང་རི་བྲིས་པ་ལ་སྨུ་ལ།

ཐེ་སེ་པང་པ་རང་པ་མེན་ཏོག་སྔོང་ཏ་དན་དེ་ཐ་མག་བི་སི་ཞེས་སྨུ་ལ། ཐེ་རང་ཐ་མག་ཐུང་པ་མི་ལ་ནན་ཐོན་ཛེ། ཙུ་རང་པ་དྲུག་ཏ་འཐུང་པ་སེ་ལ་མ། མི་ལུས་ཏ་ནོང་ན་ལ་ཛེ། ཙུ་སེ་ལ་མ་ན་ཚག་དེ་ལ་ནན་ཐོན་ཛེ། ཅང་ལ་ན་ཚ། ཏིང་ལ་ན་ཚ། ཁ་རེ་ལ་ན་ཚ་ཙུ་རང་པ་ན་ཚག་དེ་ལ་ནན་ཐོན་པ་སྨུ་ལ། ཙུ་རང་པ་འཐུང་པ་ཏ་ཡང་སེ་ཐུར་པ་རི་ནོན་ཨ་ཏ་སྨུ་ལ། ཙུ་རང་པ་ཨ་ཛ་པ་སྲང་ན་སྲང་ན། དར་སེམ་མི་གཱ་དེ་སེ་ལ་ནན་ཐུང་པ་སྨུ་ལ།

དན་དེ་སྔོང་ཁང་རི་ལ་ནན་རིགས་ལ་ཐ་མག་གཡང་སྨུ་ལ། ཐེ་འཐུང་པ་སེ་ལ་མ་ཀྲུན་སར།དམ། བྱུང་པ། ཁ་རེ་ན་པ་རང་པ་ལ་ནན་ན་ཚག་དེ་ཁ་སྨུ་ལ། ཙུ་ལ་སྨུ་གུ་འཐུང་པ་སེ་ལ་མ་བརྒྱ་ཛ་བི་མ་ལ་ནན་ན་ཚག་དེ་ཐོན་སྨུ་ལ། ཐ་མག་ལ་སྨུ་གུ་སེ་ཐེ་འཐུང་པ་དེ་ཏ་ཨ་ཡིན་ན། ངམ་རི་ཅི་པ་མི་དའི་ནོན་ཨ་ཛ་པ་ལ་སྨུ་ལ། ཙུ་ཐུང་མ་ཉེན་ཆེ་ཛ་པ་རིག་པ་སྔོང་སི་ནི་ལ། ཡུལ་ས་རི་མི་གཱ་དེ་བོ་མོ་ཁ་པ་ཚད་པ། བསད་པ་ཏ་སི་ཁ་ལ། ཐེ་སེ་ལ་མ་ལོ་ལོ་ན་ཚག་དེ་ཐོན་ལ། ཙུ་ཐུང་སི་ནམ་མི་གཱ་དེ་དུས་ཨ་ཀོའི་ནན་ཤེ་སྨུ་ལ། ཕོ་རི་ཀོ་ལ་སྨུ་པ་ཨ་མ་སེ་ཐ་མག་འཐུང

སམ། ལའི་ནུ་ཀོ་ལ་གཡ་རྐང་ཛ་པ་ཨ་ཚང་པ། སེམས་སྨྱུང་པོ་ཨ་རེ་པ་སྐྱེ་སྨུ་ལ།ཡང་སེ་ཙུ་རང་པ་འབྱུང་པ་རི་ཨ་ད་སྨུ་ལ། ཁ་ལའི་སེ་འབྱུང་པ་སྨྲང་སམ་འབྱུང་པ་རི་ཨ་ཏ་

སྨུ་ལ་བི་སི་པང་ཏོ་ལ། ཞེས་པ་གོ་པ་མི་ག་དེ་སེ་ཡུལ་ས་ལ་མི་ཏ་པང་ཏོ་ལ།

ཚིག་དོན།

རྒྱ་ནག།	༺ཙིན།
ང་རྒྱལ།	༺ཨ་ཛ་པ་མི།
གྲུབ་ཐོབ།	༺སིདྡྷི།
ཐ་མག།	༺སུར་ཏི།ཙུ་རོ་ཏ།
འཛམ་བུ་གླིང་།	༺འཛིག་ཏེན།
ཐོམ་ཐོམ་།	༺ཛམ་མ
བཀའ།	༺ལེང་མོ།
ཚོང་ཁང་།	༺པ་སལ།
སྟོང་།	༺ཏིག་ནོན་ཨ་རེ་པ།
སྨྱུང་པོ།	༺ཙ་ལྷུཁ།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། གའི་མ་ལ་གཏམ་ཡིན་ན།

ཁ། རྒྱ་ནག་ཡུལ་ལ་རྣམ་ས་གིག་རི་ཁ་རང་པ་ཚ་མེ་སྨུ་པ།

ག། ཐེ་ཚ་མེ་སེ་ཁ་རང་པ་གྲུབ་ཐོབ་གཡང་སྨུ་པ།

ང། ཐེ་མེན་ཏོག་ལ་སྟོང་ད་ཏིག་བི་སི་ཤེས་སྨུ་ལ།

ཅ། ཐ་མག་ཐུང་བ་སེ་ཁ་རང་པ་ན་ཚ་ཀ་དེ་ཐོན་ཐི།

ཆ། མི་ག་དེ་ཏིག་སེ་དུས་ཨ་ཀོའི་ནན་ཤེ་སྨུ་ལ།

ཇ། ཏིག་སེ་ལ་མ་ནད་སོགས་ཐོན་ཐི།

ཉ། ཕོ་རི་ཀོ་ལ་སྨུ་པ་ཨ་མ་སེ་ཐ་མག་ཐུང་སམ་ཏིག་ཏ་སྨུ་ལ།

༢ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། སྟོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ..............................ཡིན་ན།

ཁ། རྒྱ་ནག་བི་པ..............................གིག་སྨུ་པ།

ག། རྣམ་ས་གིག་རི་རིག་པ་ཨ་རེ་པ..............................གིག་སྨུ་པ།

ང། ཨ་ཛ་པ་རྒྱམ་འུན་ཁམ་པ..............................གཡང་པ་སྨུ་ལ།

ཅ། ཐེ་མེན་ཏོག་ལ་ཐང་སེ་སེམས་ཏ..............................ལ་ལ།

ཆ། ཐེ་རྒྱམ་སེ་འཛམ་བུ་གླིང་རིན་ཨ་རེ་པ..............................གིག་ཚར་ལ།

ཇ། དན་དེ་ཚོང་ཁང་རི་ལ་ནན..............................ལ་ཐ་མག་གཡང་སྨུ་ལ།

ཉ། ཙུ་ཐུང་མ་ཉེན་ཆེ་ཛ་པ..............................སྟོང་སི་ནི་ལ།

༣ ཡང་གོ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ

དན་དེ་ཆོང་ཁང་རི་ལ་ནན་རིགས་ལ་ཐ་མག་གཡང་མྱུ་ལ། ཐེ་ཐུང་པ་སེ་ལ་མ་ཀྲུན་སར།དམ།བྱུང་པ།ཁ་རེ་ན་པ་རང་པ་ལ་ནན་ན་ཚག་དེ་ཁ་མྱུ་ལ།ཙུ་ལ་སྨྱུ་གུ་ཐུང་པ་སེ་ལ་མ་བརྒྱུ་ཇེ་བི་མ་ལ་ནན་ན་ཚག་དེ་ཐོན་མྱུ་ལ། ཐ་མག་ལ་སྨྱུ་གུ་སེ་ཐེ་ཐུང་པ་དེ་ཏ་ཨ་ཡིན་ན། ངམ་རི་ཙི་པ་མི་དའི་ནོན་ཨ་ཇ་པ་ལ་མྱུ་ལ།

ཙུ་ཐུང་མ་ཉེན་ཚེ་ཇ་པ་རིག་པ་སྟོང་སི་ནི་ལ། ཡུལ་ས་རི་མི་ག་དེ་བོ་མོ་ཁ་པ་ཚད་པ།བསད་པ་ཏ་སི་ཁ་ལ།

༤ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྒྲུབ་བཟོ་གོ།

རྣམ་ས……………………………………།

ནོང་ན་ལ་པ……………………………………།

ན་ཚ……………………………………།

ཐུང་པ……………………………………།

ཆོང་ཁང……………………………………།

ཨ་ཇ་པ……………………………………།

སྨྲང་པ……………………………………།

ཡང་པ……………………………………།

༼༥༽ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རེ་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན

ཨ་འགྲིགས་པ་རེ་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ དང་པོ་དུས་རི་རྒྱ་ནག་བི་པ་རྣམ་ས་གིག་མྱུ་པ།

ཁ༽ ཚ་མེ་སེ་ཛ་པ་རྒྱམ་འུན་ཁམ་པ་གྲུབ་ཐོབ་གཡང་པ་མྱུ་ལ།

ག༽ ཐེ་མེན་ཏོག་ལ་ཐང་སེ་སེམས་ཏ་ཐོམ་ཐོམ་ལ་ལ།

ང༽ དན་དེ་ཚོང་ཁང་རི་ལ་ནན་རིགས་ལ་ཐ་མག་གཡང་མྱུ་ལ།

ཅ༽ ཐ་མག་ཐུང་མ་ཉེན་ཆེ་ཛ་པ་རིག་པ་སྙོང་སི་ནི་ལ།

ཆ༽ ཙུ་ཐུང་སི་ནམ་མི་ག་དེ་དུས་གོའི་སི་ཤི་མྱུ་ལ།

༼༦༽ ཨ་འགྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཐ་མག་ལ་སྒྱུ་གུ་སེ་ཐེ་ཐུང་པ་དེ་ཏ་ཧ་ཧེན་ན། ངམ་རི་ཅི་པ་མི་དའི་ནོན་ཨ་ཛ་པ་ལ་མྱུ་ལ། ཙུ་ཐུང་མ་ཉེན་ཆེ་ཛ་པ་རིག་པ་ཏོང་སི་ནི་ལ། ཡུལ་ས་རི་མི་ག་དེ་བོ་མོ་ཁ་པ་ཚད་པ། སད་པ་ཏ་སི་ཁ་ལ། ཐེ་སེ་ལ་མ་ལོ་ལོ་ན་ཚག་དེ་ཐོན་ལ། ཙུ་ཐུང་སི་ནམ་མི་ག་དེ་དུས་ཨ་གོའི་ནན་སི་མྱུ་ལ། ཕོ་རི་གོ་ལ་མྱུ་པ་ཨ་མ་སེ་ཐ་མག་ཐུང་སམ། ལའི་ནུ་གོ་ལ་ཡ་ཀང་ཛ་པ་ཨ་ཚང་པ། སེམས་སྐྱུང་པོ་ཨ་རེ་པ་སྐྱེ་མྱུ་ལ། ཡང་སེ་ཙུ་རང་པ་ཟའི་ཐུང་པ་རི་ཨ་ད་མྱུ་ལ།

སློབ་ཚན་བཅུ་གསུམ། ༡༣

ཤེས་རབ་ཐེན་རབ་རྟེན།

ཤེས་རབ་ཐེན་རབ་རྟེན་བི་པ་སློབ་ཕྲུག་གིག་སྨུ་པ། ཐེ་གཉིས་ནོན་འཛིན་གྲྭ་གཉིས་རིན་ཁྲིད་པ་སྨུ་པ། ཤེས་རབ་ཐེན་རབ་རྟེན་ལ་ནན་བསྒྲིགས་པ་རོགས་སྨུ་པ། གཉིས་ནོན་གླ་གིག་རིན་བསྒྲིགས་སི་ཙི་པ་སྨུ་པ། ཤེས་རབ་ཏ་ཀློག་ཅ་མ་མི་ལ་ནན་མཛེས་པ་སྨྲང་སྨུ་པ། ཤེས་རབ་ཧོར་ཉེན་ཆེ་མར་དོན། ཅ་མ་ལི་ཞལ་ལ་ནན་མཛེས་པ་སྨུ་པ། ཀླང་པ་ཚོང་པ་རི་ལ་ནན་ཤེས་པ་སྨུ་པ། ཧི་རེམ་སློབ་སི་པིན་མ་ཉན་ཆེ། དོ་སི་གའི་མའི་སློབ་སི་པིན་ཨ་དོ་པ་སྨུ་པ། ཐེ་རང་པ་ཡོན་ཏན་སྨུ་སའི་ནོན་རིག་པ་ཙའི་ཇ་པ་ཨ་རེ་པ་སྨུ་པ།

རབ་ཏེན་ཕློག་ཙ་མ་མི་ཨ་མཛོས་པ་སྨུ་པ། ལི་ལ་ཞལ་ཙ་མའི་ནོན་མཛོས་པ་ཨ་སྨྲང་སྨུ་པ། ཆོང་པ་གླང་པ་རི་ཨ་ཤེས་སྨུ་པ། པང་པ་གཏམ་ཏ་ཏི་རེམ་རི་གའི་མའི་ཨ་གོ་པ་སྨུ་པ། ལ་ནན་རེམ་དོ་ན་སློབ་ཏོ་པ་སྨུ་པ། སྐྱེ་བ་ཀིན་མ་བ་སི་ཁ་པ་ཡོན་ཏན་ཨ་རེ་པ་སྨུ་སའི་ནོན་རིག་པ་ཙ་ཛ་པ་སྨུ་པ།

ཤེས་རབ་ཙའི་ཁ་ལའི་སེ་པང་པ་གཏམ་ཨ་ཉེན་པ་སྨུ་པ། དགེ་རྒན་སེ་གསུང་པ་གཏམ་ག་དེ་ན་ཕེང་གིག་སེ་ཉེན་པ། ན་ཕེང་གིག་སེ་པིད་པ་ལ་སྨུ་པ། ཁྲེད་པ་དུས་རི་གླང་སྨུ་པ། ཨ་པ་ཨ་མ་སེ་པང་པ་གཏམ་ཨ་ཉེན་སྨུ་པ། དགེ་རྒན་སེ་བི་པ་གཏམ་ཨ་ཉེན་སྨུ་པ། རོགས་ག་དེ་ཏ་ང་རྒྱལ་ལ་པ། སློབ་གྲྭལ་དིམ་སྒྲིད་གའི་མའི་ཨ་ལ་པ་སྨུ་པ། ཁྲེད་པ་དུས་རི་མེར་སི་ཙི་སྨུ་པ། ཨ་ཛ་པ་མི་ག་དེ་ཐེན་རོགས་ལ་སི་བྲ་སྨུ་པ།

རབ་ཏེན་ཙའི་པང་པ་གཏམ་ཉན་སྨུ་པ། དགེ་རྒན་སེ་པང་པ་གཏམ་ཛ་ན་ལ་སི་སློབ་སྨུ་པ། ཨ་པ་ཐེན་ཨ་མ་སེ་པང་པ་གཏམ་ཉན་སྨུ་པ། ཤེས་པ་གོ་པ་རོགས་ག་དེ་ཏ་ལ་ནན་བསྟེན་སྨུ་པ། བསྐོར་སི་བྲ་པ་སློབ་ཕྲུག་ག་དེ་ཐེན་རོགས་ཨ་ལ་སྨུ་པ། ཨ་ཤེས་པ་གཏམ་ག་དེ་དགེ་རྒན་ཐེན་རོགས་དུ་གུ་ཏ་ཇོད་པ་སྨུ་པ། རང་སེ་ཨ་ཤེས་པ་གཏམ་ཏ་ཨ་གོ་ཏེ་དོ་ན་ཇོད་སི་ཙི་སྨུ་པ། ཤེས་པ་གོ་པ་དགེ་རྒན་ཐེན་ནང་གཏམ།མཐོ་གཏམ་ཐེན་ཆོས་གཏམ་སློབ་པ་རི་ལ་ནན་ཇོན་སྨུ་པ།

ཤེས་རབ་ལ་ལི་ཞལ་ཅ་མ། ལྷ་རང་བན་མཛེས་པ་མྱུ་སའི་ནོན། དོག་ནོན་གཏམ་རི་སྨྲུང་པོ་མྱུ་སའི་ནོན། ཨ་ཛ་པ་མི་ཐེན་རོགས་ལ་པ། སློབ་པ་རི་ཨ་ཛོན་པ། ཨ་ཛ་པ་སྨྲུད་གདེ་ལ་སི་བྲ་པ་སེ་ལ་མ། ཤེས་རབ་ཛ་པ་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ལའི། རྣམས་ཡུལ་ལ་མི་དུ་གུ་སེ་ཤེས་རབ་ཏ་ཨ་ཛ་པ་མིག་སེ་ཅ་ཛི། རང་སེ་ཁྲིད་པ་དུས་རི་ཀླུང་སི་བྲ་པ། ཨ་ཛ་པ་རོགས་གདེ་ཐེན་རོགས་ལ་སི་བྲ་པ་སེ་ལ་མ། ཤེས་རབ་ལི་ཞལ་མཛེས་པ་མྱུ་སི་ནོན། ངཛང་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ན་སྨྲུད་ཨ་ཁེལ་པ་མི་དོ་ཛི།

རབ་རྟེན་སེ་ཛ་པ་རོག་བསྟེན་པ་སེ་ལ་མ། དགེ་རྒན་སེ་གསུང་པ་གཏམ་ཛ་ན་ལ་སི་སློབ་པ་སེ་ལ་མ་ལི་ཚལ་ནན་ཁྲིད་སི་མཁན་པོ་དོ་ཛི། རང་ལ་རྒྱལ་ས་ཐེན་ཡུལ་ས་རི་ལ་ནན་ཛ་པ་ཛ་པ་སྨྲུད་ལ་ཛི། ཐེ་སེ་ལ་མ་ཡུལ་ས་ལ་མི་གདེ་སེ། རབ་རྟེན་ཏ་སངས་རྒྱས་ཏ་རང་ལ་སིན་བསྟེན་ཛི། སྤྱ་ཚ་ཏིག་གའི་ཨ་ཤེས་པ་མྱུ་སའི་སྒོམ་སི། སློབ་པ་སེ་ལ་མ་ཤེས་པ་གོ་པ་མཁྱེན་པ་ཏ་པ་རི་ཁམ་ཛིམ།

ཡང་སེ་ནོན་ཤེས་རབ་ལ་རང་པ་རིག་པ་ཏ་བེང་སི། རབ་རྟེན་ལ་རང་བ་རིག་པ་སློབ་ཏོ་ལ། ཡང་སེ་གོ་ཏོ་པ་གཏམ་དའི་ནོན་ཤེས་པ་མྱུ་ལ། གཞན་སེ་ཤེས་པ་ཨ་རེ། དའི་ཤེས་པ་མྱུ་ལ་བི་སི་ང་རྒྱལ་ལ་པ་རི་ཨ་ཏ་པ་ཙིམ་བི་སི་གོ་ཏོ་ཛི། ང་རྒྱལ་ལ་པ་མི་ལི་ཚ་ཏ་གའི་ཡ། སྤྱ་ཚ་ཏ་གའི་ནོང་སིན་ནི་པ་ཙིམ་བི་སི་གོ་ཏོ་ལ། ང་རྒྱལ་ལ་པ་རི་ཨ་ཏ་པ་ཙིམ་བི་སི་གོ་ཏོ་ཛི། སེམས་ནང་སེན་མོའི་པ་ཁ་ཏོ་པ་ཙིམ་བི་སི་གོ་ཏོ་ལ།

༡༽ ཚིག་དོན།

རེམ	ཁེབ།
སློབ་ཕྲུག	སློབ་པ་མི།
རོགས	རང་ལ་བསྒྲིགས་པ་མི།སཱ་ཐི།
ཕློག་ཙམ	ཐོ་ཊ་ཙམ།
ལི་ཞལ	ཨ་ནུ་ཧཱར།
ཡོན་ཏན	ཇ་པ་རིག་པ།
དགེ་རྒན	སློབ་དཔོན།
སློབ་གྲྭ	སློབ་ཁང་།
ང་རྒྱལ	རང་དན་ང་ཇང་སྨན་པ།གྷ་མན་ཌི།
སྤྲང་པོ	ཞེས་པ་གོ་པ།ཙོ་ལཱཁ།

༢༽ སྦྱོང་ཚན།

༡༽ ཞེས་རབ་ཐེན་རབ་རྟེན་ཁ་ལ་ཡིན་ན།

༢༽ ཐེ་གཉིས་འཛིན་གྲྭ་ག་དེ་རི་ཁྲུད་པ་རོགས་ཡིན་ན།

༣༽ ཞེས་རབ་ལ་ཡོན་ཏན་ཁ་རང་བ་སྨུ་པ།

༤༽ རབ་རྟེན་ལ་ཡོན་ཏན་ཁ་རངཔ་སྨུ་པ།

༥༽ ཤེས་རབ་ལ་རིག་པ་ཁ་རང་པ་སྨུ་པ།

༦༽ རབ་རྗེན་ལ་རིག་པ་ཁ་རང་པ་སྨུ་པ།

༧༽ ཤེས་རབ་ལི་ཚ་ཁ་རང་པ་མི་དོ་ཇི།

༨༽ རབ་རྗེན་ལི་ཚ་ཏིག་དོ་ཇི།

༩༽ ཤེས་རབ་ཏིག་སེ་ལ་མ་ཛ་པ་མི་དོ་པ་རི་ཨ་ཁམ་ལའི།

༡༠༽ རབ་རྗེན་ཏིག་སེ་ཛ་པ་མི་དོ་ཁམ་ཇི།

༡༡༽ ཡང་སེ་ཁལ་ལ་རང་པ་རིག་པ་སློབ་ཏོ་ལ།

༣༽ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ༽ ཤེས་རབ་ཐེན་རབ་རྗེན་བི་པ··························གིག་སྨུ་པ།

ཁ༽ གཉིས་ནོན་གླུ་གིག་རིན··························སི་ཙི་པ་སྨུ་པ།

ག༽ ཤེས་རབ··························ཐེན་ཚོང་པ་རི་ལ་ནན་ཤེས་པ་སྨུ་པ།

ང༽ རབ་རྗེན··························ཅ་མ་མི་ཨ་མཛེས་པ་སྨུ་པ།

ཅ༽ ཤེས་རབ་ཙའི་ཁ་ལའི་སེ་པང་པ་གཏམ་ཨ··························པ་སྨུ་པ།

ཆ༽ རབ་རྗེན་སེ་ཛ་པ··························བསྟེན་པ་སྨུ་པ།

ཇ༽ རབ་རྗེན་སེ་ཛ་པ་མི་ད··························ལ་པ་སེ་ལ་མ་ཛ་པ་མི་དོ་ཇི།

ཉ༽ རང་ལ་སེམས་ནང་སེན་ཛ་པ་རིག་པ··························སློབ་ཏོ་པ་ཙིམ།

༤། པང་པ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ།

ཤེས་རབ་ལ་ལི་ཞལ་ཙ་མ་ལྷ་རང་བན་མཛེས་པ་སྨུ་སའི་ནོན། དོག་ནོན་གཏམ་རི་སྐྱུར་པོ་སྨུ་སའི་ནོན། ཨ་ཛ་པ་མི་ཐེན་རོགས་ལ་བ། སློབ་པ་རི་ཨ་ཛོན་པ།ཨ་ཛ་བ་སྒྲུད་ག་དེ་ལ་སི་བྲ་བ་སེ་ལ་མ།ཤེས་རབ་ཛ་བ་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ལའི། ཐམ་ས་ཡུལ་ལ་མི་དུ་གུ་སེ།ཤེས་རབ་ཏ་ཨ་ཛ་པ་མིག་སེ་ཙ་ཛེ། རང་སེ་ཁྲིད་པ་དུས་རི་ཀླུང་སི་བྲ་པ།ཨ་ཛ་པ་རོགས་ག་དེ་ཐེན་རོགས་ལ་སི་བྲ་པ་སེ་ལ་མ། ཤེས་རབ་ལི་ཞལ་མཛེས་པ་སྨུ་སི་ནོན། ངཛང་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ན་སྒྲུད་ཨ་ཁེལ་པ་མི་དོ་ཛེ།

༥། དི་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ། རབ་རྟེན་ཁྲིད་པ་དུས་རི་མེར་སི་ཅི་སྨུ་པ།

ཁ། ཤེས་རབ་སེ་ཛ་པ་མི་ག་དེ་ཐེན་རོག་ལ་སྨུ་པ།

ག། རབ་རྟེན་སེ་པང་པ་གཏམ་ཨ་ཉེན་སྨུ་པ།

ང། རབ་རྟེན་སེ་ཤེས་པ་གོ་པ་རོགས་ག་དེ་ཏ་ལ་ནན་བསྟེན་སྨུ་པ།

ཅ། ཤེས་རབ་སེ་བསྐོར་སི་བྲ་པ་སློབ་ཕྲུག་ག་དེ་ཐེན་རོགས་ཨ་ལ་སྨུ་པ།

ཆ། རབ་རྟེན་སེ་ཨ་ཤེས་པ་གཏམ་ག་དེ་དགེ་རྒན་ཐེན་རོགས་ཏ་ཉོད་པ་སྨུ་པ།

༦༽ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་སྦྲུབ་བཟོ་གོ།

ཤེས་པ

དགེ་རྒན

ནང་གཏམ

མཁན་པོ

རྒྱལ་ས

སློབ་པ

༼༧༽ དེ་ལ་ཨ་འགྲིགས་དག་ཆ་ཏ་འགྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ།

ཤེས་རབ་ལ་ལི་ཤལ་ཅ་མ་ལ་རང་བན་ཇོས་པ་མུ་སའི་ནོན། དོག་ནོན་ཏམ་རི་སྤྱང་པོ་མུ་སའི་ནོན། ཨ་ཇ་པ་མི་ཐེན་རོགས་ལ་བ། སློབ་པ་རི་ཨ་ཇོན་པ།ཨ་ཇ་བ་སྒྲུད་ག་དེ་ལ་སི་བྲ་བ་སེ་ལ་མ། ཤེད་རབ་ཇ་བ་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ལའི། ནམ་ས་ཡུལ་ལ་མི་དུ་གུ་སེ། ཤེས་རབ་ཏ་ཨ་ཇ་པ་མིག་སེ་ཅ་ཇི། རང་སེ་ཁྲུཏ་པ་དུས་རི་ཀླང་སི་བྲ་པ།ཨ་ཇ་པ་རོ་ག་དེ་ཐེན་རོགས་ལ་སི་བྲ་པ་སེ་ལ་མ། ཤེས་རབ་ལི་ཞལ་མཇི་པ་མུ་སི་ནོན། ང་ཇང་མི་དོ་ཨ་ཁམ་ན་སྒྲུ་ཨ་ཁེལ་པ་མི་དོ་ཇི།

སློབ་ཚན་བཅུ་བླི། ༼༡༨༽

དགོངས་ཞུ།

སྐུ་ཞབས་གཙོ་བོ་དགེ་རྒན།
ཕླི་བུདྡ་པྲ་བི་སེམས་རྫོང་ཞ།
ཧླ་དིང་།

སྐུ་ཞབས་གཙོ་བོ་དགེ་རྒན་ཏ། ཚུ་ན་ཚ་གུང་སེང་བྲིས་སི་འདྲན་ཞུ་ལ་པ་སྨུ་ལ། ང་ཏེ་ལ་ཉེན་ཆེ་རྐང་སུ་ཁ་སི་ཅི་པ་སྨུ་ལ། ཏེ་ལ་གཟའ་སྤྱེན་པ་ལ་ཀུ་ནུ་གཞན་རྣམས་རི་ནི་སི། ཕྱུཏ་བལ་གླང་པ་དུས་རི་རྐང་རི་རྫོབ་སི་སྨན་ཁང་རི་ནི་སྨུ་པ།སྨ་ན་ཁང་རི་ནི་མ་ཨམ་ཆི་སེ་ལྷ་ར་དོན་དིམ་རིན་ཅིའུ་བི་སྨུ་ལ། དན་ཏེ་ཀེ་ར་མར་བྲ་པ་རི་ནོན་ཨ་ཁམ་པ་སྨུ་ལ། ཐེ་ཏ་པ་སེ་ལ་མ་ང་ཏ་ལྷ་ར་དོན་གུང་སེང་གཡང་རོ་བི་སི། ཚུ་དགོངས་ཞུ་བྲིས་སི་འདྲེན་ཞུ་ལ་པ་སྨུ་ལ། དགེ་རྒན་སེ་ཚུ་གཏམ་གོ་བི་སི་པིན་ལ་བི་པ་སྨུ་ལ། དགེ་རྒན་ལ་ཐེ་བཀའ་ཕབ།

དགོངས་ཞུ་པ།
རྣམ་རྒྱལ་ཧ་མང་།
འཛིན་གྲྭ་ལྔ།　　ཨང་གྲངས་གཉིས།

ཚིག་དོན།

དགོངས་ཞུ།	ཤི་པེ་དན།
དཀར་ཆག།	བི་ས་ཡ་སུ་ཅི།
ན་ཚ།	བི་མ་རི།
གུང་སེང་།	བི་དཱ།
སྐུ་ཞབས།	ཨ་དརི་ཡ།
གཙོ་བོ	པྲ་མུཁ།
དགེ་རྒན།	ཤི་ཀྵ་ཀ
འདྲན་ཞུ	ཨ་ནུ་རོད
སྨན་ཁང་།	ཨས་པ་ཏཱལ།
ཨམ་ཆི་	ཌག་ཊར
བཀའ་ཕབ།	ཨ་ཛྙཱ
སློབ་ཕྲུག།	སློབ་མཁན།སློབ་པ་རི་ཁ་པ་མི།
ཨང་གྲངས།	རོལ་ནམ་བར།

༡ སྦྲོང་ཚན།

དེ་ལ་ཉོད་པ་གཏམ་ལ་ལན་ཡིན་ནོ།

ཀ༽ ཁལ་སེ་དགོངས་ཞུ་བྲིས་ཛིམ།

ཁ༽ སློབ་ཕྲུག་ཏ་ཏིག་ཏ་ཛིམ།

ག༽ ག་དེ་ཉིན་དོ་ན་གུ་སེང་གཡ་རོ་བི་སི་པང་ཛི།

ང༽ ཏིག་ཀླང་མ་རྐང་རི་ཛེབ་ཛིམ།

ཅ༽ རྣམ་རྒྱལ་ཀྱུར་མར་བྲ་བ་རི་ཁམ་སྨུ་ལ་གི་ཨ་ཁམ་སྨུ་ལ།

ཆ༽ ཨེམ་ཆི་སེ་རྣམ་རྒྱལ་ཏ་ཏིག་གསུང་ཛི།

༢ དགོངས་ཞུ་བྲིས་གོ།

ཀ༽ ན་ཚ་ཏ་ཛི་བི་སི་གསུམ་ར་ལ་གྱུང་སེང་རིད་སི་དགོངས་ཞུ་གིག་བྲིས་གོ།

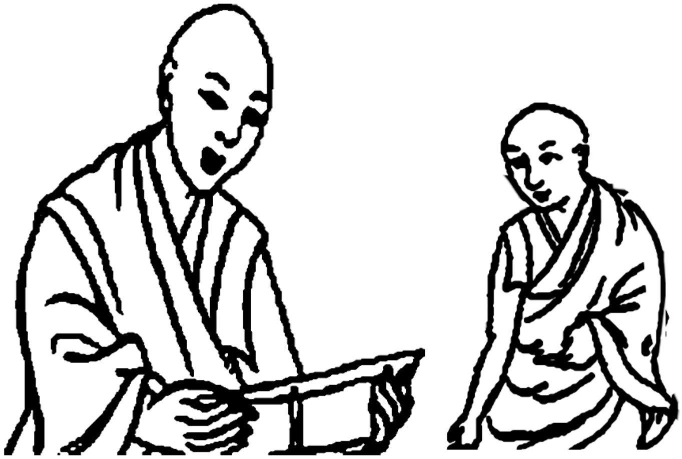
ཁ༽ ཛོ་ཛོ་ལ་འབྲེལ་སངས་ལ་ཆེད་དུ་རི་དགོངས་ཞུ་གིག་བྲིས་གོ།

༣ ཨ་བསྒྲིགས་པ་དག་ཆ་ཏ་བསྒྲིགས་ན་ལ་སི་བྲིས་གོ

སྐྱུ་ཞབ་ཙོ་བོ་གེ་རྒྱན་ཏ་ཙུ་ན་ཚ་ཁ་པ་གྱུང་སེང་བྲིས་སི་འདྲུན་སུ་ལ་པ་སྨུ་ལ། ང་ཏེ་ལ་ནན་ཆེ་ཀང་སུ་ཁ་སི་ཙི་པ་སྨུ་ལ། ཏེ་ལ་ཟབ་སྦྱིན་པ་ལ་ཀུ་ནུ་ཞན་རྣམ་ས་རི་ནེ་སི། ཕུཊ་བལ་ཀླང་པ་དུས་རི་རྐང་རི་ཛེབ་སི་སྨན་ཁང་རི་ནེ་སྨུ་པ། སྨན་ཁང་རི་ནེ་མ་ཨམ་ཆི་སེ་ང་ར་དོ་ན་དེམ་རིན་ཙེའུ་བི་སྨུ་ལ། དན་ཏེ་གེར་མར་བྲ་པ་རི་ནོན་ཨ་ཁམ་པ་སྨུ་ལ།

སློབ་ཚན་བཅུ་ལྔ། ༼༡༥༽

དགེ་རྒན་ཐེན་སློབ་ཕྲུག་ལ་གུང་རི་སླེང་གདམ།



གཏེར་སེ་ཐང་དཔལ་བི་པ་རྣམ་ས་རི་དགོན་པ་གིག་སྦུ་པ། ཐེ་དགོན་པ་རི་གུ་རུ་ཐེན་སློབ་ཕྲུག་དུ་གུ་ཅི་བན་ཁ་པ་སྦུ་པ། པ་སངས་ཐེ་དགོན་པ་རི་ཚར་སློབ་ཕྲུག་ཡིན་ན།པ་སངས་གུང་སེང་རི་དིམ་རི་ནི་སི་ཁ་ཇི། ཐེ་ཏ་པ་སེ་ལ་མ་སློབ་ཕྲུག་སེ་གུ་རུ་དཱ།ཨ་གོ་པ་གཏམ་ག་དེ་ཉོད་བན་སྦུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : ལགས་སོ་ཕྲུག་འཕྲུལ་ལ་གུ་རུ།

གུ་རུ། : ཕྲུག་འཕྲུལ་ལ།པ་སངས། གུང་སེང་ཛ་པ་ཏ་ཇི།

སློབ་ཕྲུག། : ལ་ནན་རྩུ་པ་ཏ་ཇི་རྒན་ལ།

གུ་རུ། : རྒྱུམ་རི་ཏིག་ལའི་སྦུག་བསྐྱོལ་ཏ་ཛི་གི།

སློབ་ཕྲུག། : ཏིག་ལའི་སྦུག་བསྐྱོལ་ཨ་ཏ་ལའི་རྒྱན་ལ། རང་སེ་སྦྱོ་
ཚ་གསུང་མ་རང་རོག་ག་དེ་ཐེན་འཁྲིགས་སིན་ཁ་ཛི།

གུ་རུ། : ལ་ནན་ཛ་པ། ཐེ་རང་འཁྲིགས་སི་བྲ་པ་ལ་ནན་ཛ་པ་རིག་པ་
ཡིན་ན།

སློབ་ཕྲུག། : དིམ་རི་ཨ་པ་སེ་ང་ཏ་ཏིག་ལའི་གཏམ་དུ་གུ་ཉོད་སྨུ་པ།

གུ་རུ། : ཏིག་གཏམ་ཡིན་ན་པ་སངས།

སློབ་ཕྲུག : ཡང་སེ་མར་མེ་ཏིག་ཏ་འཕྱུལ་ཏོ་སྨུ་ལ་བི་སི་ཉོད་སྨུ་པ།

གུ་རུ། : ཛ་པ་གཏམ་ཉོད་ཛེམ་ཨེ་ལ་ཨ་པ་སེ། འཛེམ་བུ་གླིང་རི་སྨུ་པ།
སེམས་ཙན་ཐམས་ཙད་ཏ། ཐར་གའི་བི་སི་མར་མེ་འབྱུལ་ཏོ་
སྨུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : ཨེ་ལགས་སོ། ཡིན་ན་གུ་རུ།

གུ་རུ། : ཙུ་སངས་རྒྱས་ལ་བཀའ་ཡིན་ན། ཡང་ལ་སེམས་རི་ཐོབ་
ཐོབ་སྨུ་སའི་ནོན། ཡལ་ཡལ་ཏ་སི་ནེ་ལ། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་
ཐོབ་སྨུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : ཞོག་རིན་ཚུ་ཏིག་ཏ་འཕྱུལ་པ་གུ་རུ།

གུ་རུ། : ཡང་སེ་ཞོག་རིན་གཙང་མ་ཆུ་འཕྲུལ་སམ། ཡང་ལ་སེམས་
ལ་སྡུག་བསྔལ་གསལ་སྨུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : གེ་ར་ཞིཔ་ཏིང་རི་ཆུ་ཏིག་ཏ་འཕྲུལ་ཏོ་སྨུ་ལ།

གུ་རུ། : ཡང་སེ་གཙང་མ་ཆུ་འཕྲུལ་པ་སེ་ལ་མ།བསོད་ནམས་ཐོབ་
སྨུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : ཡང་སེ་དགོན་པོ་རི་ནི་སི་གསུམ་རེམ་དོན་ཏིག་ཏ་ཕྲུག་ལ་ཏོ་
པ་སྨུ་ལ།

གུ་རུ། : ཞོག་རི་སངས་རྒྱས་ལ་སྨོ་ཚ་ནི་སི། གཡ་གཉིས་ཆབ་ལ་སི་
སངས་རྒྱས་ད་ཕྲུག་ལ་སམ། སངས་རྒྱས་ཏ་སྨུ་པ་ཡོན་ཏན་
ཡང་ད་ཐོབ་སྨུ་ལ།

སློབ་ཕྲུག། : ངའི་ཏི་ནི་ལ་ནན་གཏམ་གོ་ཛི་གུ་རུ་ཏ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་སྨུ་ལ།

གུ་རུ། : ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ཚིག་དོན

གུང་སེང ⌠ཁི་དྣ།

ཀྲན་ལ ⌠དགེ་ཀྲན།

མར་མེ ⌠སྣང་གསལ།

འཕྲུལ་པ ⌠མཆོད་པ་འཕྲུལ་པ།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། རྣམ་ས་གིག་ལ་དགོན་པོ་རི་ཁ་ལ་སྨུ་པ།

ཁ། གུ་རུ་ཐེན་གླིང་གཏམ་ལ་པ་ཁ་ལ་སྨུ་པ།

ག། ཏིག་ཏ་མར་མེ་འཕྲུལ་ཏོ་ལ་བི་སི་ཁལ་སེ་པང་ཛོ།

ང། ཁལ་སེ་སངས་རྒྱས་ལབ་ཀའ་ཡིན་ན་བི་སི་གསུང་ཛོ།

ཅ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཏ་ཛ་པ་ཏ་གའི་བི་སི་ཏིག་ལ་སྨུ་ལ།

ཆ། ཡང་སེ་ཞོག་རིན་གཙང་མ་ཙུ་ཏིག་ཏ་འཕྲུལ་པ་ཡིན་ན།

ཇ། ཡང་སེ་གསུམ་རེམ་དོན་ཏིག་ཏ་ཕྲུག་ལ་པ་ཡིན་ན།

༢ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། གཏོར་སེ……………………བི་པ་རྣམ་ས་རི་དགོན་པ་གིག་སྨུ་པ།

ཁ། རྒྱུམ་རི་ཏིག་ལའི……………………………ཨ་ཏ་ལའི།

ག། འགྲིགས་སི་བྲ་པ་ལ་ནན་ཛ་པ…………………………ཡིན་ན།

ང། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་གའི་བི་སི……………………འཕྲུལ་ཏོ་སྨུ་ལ།

ཅ། གཙང་མ་ཙུ་འཕྲུལ་པ་སེ་ལ་མ…………………………ཐོབ་སྨུ་ལ།

༣༽ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་མིང་ཚིག་བཟོ་གོ།

གུང་སེང་·····································།

ཀྲན་ལ་·····································།

མར་མེ་·····································།

འཕྲུལ་པ་·····································།

སློབ་ཕྲུག་·····································།

འཛམ་བུ་གླིང་·································།

མར་མེ་·····································།

༤༽ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན

ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ རྣམ་ས་གིག་ལ་དགོན་པ་རི་སློབ་ཕྲུག་དེན་སུ་པ།

ཁ༽ ཀྲུམ་རི་ལ་ནན་སྤུག་བསྤུལ་ཏ་ཧཻ།

ག༽ ཐེ་རང་འགྲིགས་སི་བྲ་པ་ཛ་པ་རིག་པ་ཡིན་ན།

ང༽ གཙང་མ་ཀྱུ་འཕྲུལ་པ་སེ་ལ་མ་བསོད་ནམས་ཐོབ་སུ་ལ།

ནོར་བུ་གླིང་ལ་སྐྱུང།

སྔོན་མ་དང་པོ་དུས་ལ་གཏམ་ཡིན་ན། གཏོར་སེ་རྒྱ་ནག་བི་པ་ཡུལ་རི་ནོར་བུ་གླིང་བི་པ། རྒྱལ་ས་གིག་མུ་པ། ཐེ་རྒྱལ་ས་རི་ལ་ནན་ནོར་མུ་པ། ཐེ་རྒྱལ་ས་རི་ཉི་མ་རྡོ་རྗེ་བི་པ་རྒྱལ་པོ་གིག་མུ་པ། རྒྱལ་པོ་ལ་ལ་ནན་བཙེ་བ་ལ་སི་ཐན་པ། པདྨ་རྡོ་རྗེ་བི་པ་ཇ་གིག་མུ་པ། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་ཁང་རི་ལ་ནན་ཏང་སི་བཞུགས་མུ་པ། ཏི་ར་ལ་ཀུ་ནུ་སྐྱིད་ཏ་པ་སེ་ལ་མ། པདྨ་རྡོ་རྗེ་སེ་རང་སྐྱེ་བ་གིན་པ། རང་ལ་ཡུལ་ས་ལྷ་སི་གཞན་ཡུལ་ས་རི་ནི་ཏོ་ཇི། ཡུལ་ས་ཏ་ཇ་སེ་ལྷ་སི་ནི་མ་རྒྱལ་པོ་ཉི་མ་རྡོ་རྗེ་ལ་སེམས་རི། ལ་ནན་སྡུག་བསྔལ་ཏ་ཇི། ཇ་སེ་རྒྱལ་ཁང་ལྷ་སི་ནི་པ་ལ་ནན་དིང་ཏ

མ་དོ་ན། ཀྱལ་པོ་སེ་ཏིག་ལའི་གསར་འགྱུར་ཨ་ཡང་ཧི། ཐེ་སེ་ལ་མ་ཀྱལ་པོ་ཉི་མ་ཛོ་ཛེ་ད་ལ་ནས། སྡུག་བསྡལ་ཏ་ཧི། ཀྱལ་པོ་ལ་སེམས་རི་སྡུག་བསྡལ་ཏ་སི་ཅི་བ་དུས་རི། ཏི་ར་ལ་ཀུ་ནུ་ཛོ་སེ་རང་ལ་ཨ་པ་ད་ཡི་གེ་གིག་བྲིས་སི་པིད་ཁ་ཧིམ། ཐེ་ཡི་གེ་ཨ་པ་ལ་ཕྱུག་རི་དོ་ཁ་ཧི། ཡི་གེ་གཡང་མ་མི་ཀྱལ་པོ་ལ་ནས་ཏང་ཧི། ཏ་སའི་ནོན་ཡི་གེ་ཁྲད་པ་རི་ཨ་སེ་ལའི། ཡུལ་ས་ནང་རི་ནོན་ཡི་གེ་ཤེས་པ། མཁན་པ་ཁ་ལའི་མི་ཨ་ཤབ་ལའི། ཡི་གེ་ཁྲད་ཤེས་པ་མི་ཨ་ཤབ་པ་སེ་ལ་མ། ཀྱལ་པོ་སེ་ཡི་གེ་ཤེས་པ་ཁྲད་པ་མི་མའི་པ་རི། ཤར་ལྷོ་ནུབ་བྱང་ཕྱོགས་ཕྱོགས་རི་བསྐོར་ཧི། ལ་ནས་དུས་ལི་ཚ་ཀྱལམ་རི་དམག་མི་གིག་ཁ་པ་སྐྱང་ཧི། ཀྱལ་པོ་ཉི་མ་ཛོ་ཛེ་ཐེ་དམག་མི་ལ་སྔོན་རི་ནི་སི། ཙུ་ཡི་གེ་ཏི་རེམ་ཁྲད་སི་ང་ཏ་ཐའི་ན་ལ་སི་པིན་གོ་བི་སི་ཞུས་ཧི། དམག་མི་སེ་ཐེ་ཡི་གེ་གཡ་རི་གིན་སི་ཀྲ་ཉེན་ཚེ་རྨེ་དོ་ན་ཙ་ཧྀ། དམག་མི་ལ་མིག་ཀྱམ་སེ་མིག་ལི་ཕྲལ་ཕྲུལ་ཏའི་ཧྀ། ཡི་གེ་ནང་རི་ཨ་ཛ་པ་གསང་འགྱུར་བྲིས་པ་སྨུ་ཏ་ནམ། བི་སི་སེམས་རི་མན་ཧྀ། དམག་མི་ཨ་ལེ། ཡི་གེ་ནང་རི་ཏིག་བྲིས་ཧྀམ་གསུང་ཛོ་བི་ཧི། དམག་མི་སེ་ཏིག་ལའི་གཏམ། ཨ་དོན་ན་ཛའ་ཛང་སྐད་ཏང་སི་ཀྲ་ཧི། ཀྱལ་པོའི་ནོན་དམག་མི་ལ་ཞལ་རི། ཙ་སི་སེམས་ནང་རི་ལོང་བན་ཀྲ་ཧྀ། ཐེ་གཉིས་ནོན་ཀྲ་བན་ཀྱལ་པོ་ཉི་མ་ཛོ་ཛེ་ལ་ཀྱལ་ས་རི་དོ་ཁ་ཧྀ། ཀྱལ་ས་ལ་མི་ག་དེ་ཀྱལ་པོ་ཀྲ་བ་སྨྲང་མ་མི། ཀྱལ་པོ་ད་ལ་ནས་སྡུག་བསྡལ་ཏ་ཧྀམ་བི་པ་སྨྲན་སི་སེམས་རི་སྡུག་བསྡལ་ཏ་སི་ཀྲ་ཧྀ། ཙུ་གཏམ་ཐའི་སི་ཀྱལ་མོ་ཁ་སི་ཏིག་ད་ཀྲ་བ་བི་སི་ཉོད་ཧྀ། ཀྱལ་པོ་སེ་སྤྱ་ཚ་ལ་གཏམ་གསུང་ཧྀ། ཐེ་གཏམ་ཐའི་སི་ཀྱལ་མོའི་ནོན་

ཀྲ་ཛེ། ལི་ཚ་ཡུལ་ས་ལ་མི་ག་དེ་སེ་དམག་མི་ད་ཏིག་ད་ཀྲ་བ་བི་སི་ཧྥོད་ཛི། དམག་མི་སེ་གསུང་ཛི། ཙུ་ཏེ་ངའ་ཛང་ཡུལ་ས་རི་ཡི་གེ་ཁྲིད་ཤེས་པ་མི་གིག་དོན་ཨ་རེ་པ་སྲང་མ། སེམས་གཏིང་ནང་རིན་སྡུག་བསྔལ་ཏ་སི་ཀྲ་བ་ཡིན་ན་བི་ཛི། ཐེ་གཏམ་ཐའི་སི་རུབ་ཏ་པ་དོག་ནོན་མི་ག་དེ་སི་ན་སི་ན་ཉེད་སི། རང་རང་ལ་དིམ་རི་གཡའི་ཛི།

ཚིག་དོན།

ནོར་བུ་གླིང་། ཀླུ་ལ་མིན།

རྒྱལ་ས། ནླ་ཛེ་ཧྲ་ནི།

བརྩེ་བ། མླ་ཡླ།

གཞན། རང་ཨ་ཧེན་པ།གཞན་མི།

ཕྲུག་རི། གཡ་རི།

ལྷོ། ད་ཀྲིཏ།

ནུབ། དི་ཉི་ནུབ་པ་ཕྱོགས།པས་ཙིམ།

བྱང་། ཨུ་ཏྲར།

ཕྱོགས དི་ཤླ།

དམག་མི། ཤེ་ནླ།

༡ སྦྱོང་ཚན།

ཀ༽ ནོར་བུ་གླིང་བི་པ་རྒྱལ་ས་ཁ་ཇི་པ་ཡུལ་རི་སྨུ་པ།

ཁ༽ རྒྱལ་པོ་ལ་ཇོ་ལ་མིན་ཏིག་སྨུ་པ།

ག༽ རྒྱལ་པོ་ལ་སེམས་རི་ཏིག་སེ་སྐུག་བསྐུལ་ཏ་ཇི།

ང༽ རྒྱལ་པོ་སེ་གྲུ་ལམ་རི་ཁ་ལ་ཞབ་ཇོ།

ཅ༽ རྒྱལ་པོ་སེ་ཐེ་ལ་རྒྱལ་ས་རི་ཁ་རང་པ་མི་ཏ་མའི་་ཇོ།

ཆ༽ དམག་མི་ཏིག་ཏ་གྲ་ཇི།

༢ ཆ་བསྒྲིགས་ན་ལཏུ།

ནོར་བུ་གླིང	སླ་ཡླ།
གྲུ་ནག།	རང་ཨ་ཧིན་པ།གཞན་མི།
རྒྱལ་པོ།	རྒྱལ་ས།
བརྩེ་བ།	ཡུལ་ས།
གཞན།	ཙེ་ཊི།
ཡི་གི།	རྒྱལ་མོ།

༣ བར་སྟོང་རི་བྲིས་གོ།

ཀ། ནོར་བུ་གླིང་བི་པ……………………………………………གི་གླུ་པ།

ཁ། ཐེ……………………ཨ་པ་ལ་ཕྱག་རི་དོ་ཁ་ཛེ།

ག། ལ་ནན་དུས་ལི་ཚ་རྒྱ་ལམ་རི……………………………ཁ་བ་སླུང་ཛེ།

ང། དམག་མི་ལ་མིག་རྒྱམ་སེ……………………………ཕྲལ་ཕྲུལ་ཏའི་ཛི།

ཅ། ཐེ་གཉིས་ནུན་ཀྲ་བན་རྒྱལ་པོ……………………………རྒྱལ་ས་རི་དོ་ཁ་ཛེ།

ཆ། དམག་མི་སེ་ཏིག་ལའི…………ཨ་དོན་ན་ངའ་ཛང་སྐད་ཏད་སི་ཀྲ་ཛེ།

ཇ། རྦུབ་ཏ་བ་མི་ག་དེ་རང་རང་ལ……………………………རི་གཡའི་ཛེ།

༤ ཕང་གོ་ཐེན་བྲིས་པ་སློབ་གོ

ནོར་བུ་གླིང་། པདྨ་ཧོ་ཛེ། གསར་འགྲུར། ཕྲལ་ཕྲུལ། དམག་མི་གིག།

སྤུག་བསྤུལ། སྤུ་ཚལ། ཙུ་ཏེ་ང་ཛང་། ཉེད་སི་ནམ།

༥ དེ་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་བཟོ་གོ།

སྔོན་མ…………………………………………………

རྒྱལ་ས…………………………………………………

རྒྱལ་པོ…………………………………………………

གཞན···

ཡི་གེ···

རྒྱ་ནག···

ལ་ནན···

མཁན་པ···

སྤྱུག་བསྐྱལ···

༼༦༽ དེ་ལ་འགྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འགྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན
ཨ་འགྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ༽ ནོར་བུ་གླིང་བེ་པ་ཡུལ་ས་གིག་མུ་པ།

ཁ༽ ཐེ་རྒྱལ་ས་རི་པདྨ་རྡོ་རྗེ་བེ་པ་རྒྱལ་པོ་གིག་མུ་པ།

ག༽ རྒྱལ་པོ་སེ་རང་ལ་རྒྱལ་ས་ཁླ་སི་ཉི་ཇི།

ང༽ དམག་མི་ལ་མིག་རྒྱམ་སེ་མིག་ལི་ཁྲལ་ཁྲུལ་ཏའི་ཇི།

ཅ༽ དམག་མི་ང་ཇང་སྐད་ཏད་སི་ཀྲ་ཇི།

ཆ༽ དོག་ནུན་མི་ག་དེ་རང་རང་ལ་དིམ་རི་གཡའི་ཇི།

སློབ་ཚན་བཅུ་ནེ།། ༼༡༥༽

ཏང་གི།

འཛམ་བུ་གླིང་རི་སྨུ་པ་ལོ་ལོ་རི་དྭགས་ནང་ལ་ཏང་གི་ནོན་གིག་ཡིན་ན། ཙུ་རིའི་ནང་རི་ཙི་པ་རི་དྭགས་ཡིན་ན། ཏང་གི་ཏ་ལྩོག་ཙ་མ་མི་ར་རང་པ་སྲང་སྨུ་ལ། ཏང་གི་ཚེ་ཙ་པ་རི་དྭགས་ཡིན་ན། གངས་གངས་རི་ཚོང་སི་བྲ་སྨུ་ལ། ལྩོག་ཙ་མ་མི་ལ་ནན་མཛེས་པ་སྲང་སྨུ་ལ། ལྷ་ཐེན་གཞན་རི་དྭགས་དུ་གུ་ནོན་ལ་ནན་ཏང་སྨུ་ལ།

ཧ་མང་དུ་གུ་སེ་ཏང་གི་ཏ་སངས་རྒྱས་རང་ལ་སི་བསྟེན་སྨུ་ལ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་། སྒོམས་ལ་སི་བཞུགས་པ་དུས་རི། ཏང་གི་སངས་རྒྱས་ལ་ངམ་རི་ཁ་སི་ཅི་པ་རི་དྭགས་ཡིན་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་བསྟེནཔ། རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་ལ་རི་དྭགས་ཡིན་ན། དོག་སེར་བི་མ་སྦྱ་ཚ། སངས་རྒྱ་སེ་ཆོས་ལ་བཀའ་གནང་པ་དུས་རི། སངས་རྒྱས་ལ་བཀའ་ཉན་སི་ཅི་པ་རི་དྭགས་ཏང་གི་ཡིན་ན། ཧ་མང་དུ་གུ་སེ་དགོན་པ་བཟོ་མ། དགོན་པ་མཐོ་རི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་གཡས་གཡོན་རི་ཏང་གི་ལ་རི་མོ་བཟོ་སི་ཐན་སྨུ་ལ།

༼ཕའི་ཁ༽

ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་སྲུང་མ་མི།
སངས་རྒྱས་ཀོ་ལ་ཏང་སྨུ་ལ།
ཡང་ལ་དགོན་པ་བཞེང་མ་མི།
ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་ཏོ་སྨུ་ལ།

དགོན་པོ་ལ་སྦྲབ་མཐོ་རི་ཅི་སྨུ་ལ།
ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་རྩུ་རང་པ།
སློག་ཅ་མ་མི་ར་རང་པ།
ཧ་མང་རྒྱལ་པོ་ལ་རྩུ་ཏང་གི།

དང་པོ་ལ་ཨ་པ་སེ་གོ་སྨུ་པ།
དང་པོ་ལ་ཨ་མ་སེ་གོ་སྨུ་པ།
དར་སེམ་ཡང་སེ་ཤོག་སླེད་ཅིམ།
ཧ་མང་ཡུལ་ལ་རྩུ་ཏང་གི།

ཛོ་མོ་གངས་རི་གདན་བཞུགས་པ།
ལ་ནན་རྣམ་རྣམ་ཐང་ཁ་པ།
རང་ལན་ཐང་སེ་རང་ཏང་པ།
ཛོ་མོ་གངས་རི་གདན་བཞུགས་པ།

དགོན་པོ་མཐོ་རི་གདན་བཞུགས་པ།
ཧ་མང་ཡུལ་ལ་རྩུ་ཏང་གི།

༄། ཚིག་དོན།

ཏང་གི།	༄ རི་ནང་རི་ཙོ་ར་རང་པ་སེམས་ཅན།
ཀེ	༄ གླུས།
བཞེད་པ།	༄ བཟོ་པ།
ཨ་རྩུ་པ།	༄ སེམས་ཨ་ཏང་པ།
ཡུལ་སྐོར་བ།	༄ ཚར་ཚར་གླུ་རི་སྐོར་པ་མི།
རྒྱལ་ཁབ།	༄ ཡུལ་ས།
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ།	༄ ཧྲ་ཀྲ་ཙ་ཀྲ།
གཡས་གཡོན།	༄ དླ་ཡླ་བླ་ཡླ།
གནོད་པ།	༄ ཨ་ཇ་པ་ཏ་པ།
ཤོག་སླེད་པ།	༄ ཏིག་ལའི་ཏམ་ཨ་ཇི་པ།
ཇོ་མོ་གངས།	༄ གླིང་སྨུ་པ་གངས།
གདན་བཞུགས་པ	༄ ཙི་བ་ལ་ཞེ་ས།

༢ སྦྱོང་ཚན།

ཀ། ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་སྨྲང་མ་ཁ་ལ་ཏང་སྨུ་ལ།

ཁ། ཡང་ལ་དགོན་པ་བཞེང་མ་ཏིག་ཏོ་སྨུ་ལ།

ག། ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་དགོན་པ་ལ་ཁའི་རི་ཙི་སྨུ་ལ།

ཅ། ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་ཁལ་ལ་ཐང་སེ་ཏང་སྨུ་ལ།

ཆ། ཏང་གི་ཁའི་རི་གདན་བཞུགས་སྨུ་ལ།

ཇ། ཏང་གི་ཏ་ཁལ་སེ་ཤོག་སླེད་ཇི།

༣ དེ་ལ་ལྷའི་དབྱངས་འགྲིགས་ན་ལ་སི་གོ་གོ

དང་པོ་ལ་ཨ་པ་སེ་གོ་སྨུ་པ།

དང་པོ་ལ་ཨ་མ་སེ་གོ་སྨུ་པ།

དར་སེམས་ཡང་སེ་ཤོག་སླེད་ཅིམ།

ཏ་མང་ཡུལ་ལ་ཙུ་ཏང་གི།

ཇོ་མོ་གངས་རི་གདན་བཞུགས་པ།

ལ་ནན་རྣམ་རྣམ་ཐང་ཁ་པ།

རང་ལན་ཐང་སེ་རང་ཏང་པ།

ཇོ་མོ་གངས་རི་གདན་བཞུགས་པ།

༼༤༽ འགྲིགས་པ་ཚིག་ཐན་སི་བར་སྦྱོང་རི་བྲིས་གོ།

༡༽ ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་སྦྲང་མ································ཀོ་ལ་ཏང་སྨུ་ལ།

༢༽ སངས་རྒྱས་ལ་ཀོ་ལ··································ཏྲ་མང་།

༣༽ ཡང་ལ་དགོན་པ························མ་མི་ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་ཏོ་སྨུ་ལ།

༤༽ ཏང་གི་དགོན་པོ་ལ································རི་ཙི་སྨུ་ལ།

༥༽ ཏྲ་མང···ལ་ཙུ་ཏང་གི།

༦༽ དང་པོ་ལ་ཨ་པ་སེ····································སྨུ་པ།

༼༥༽ དི་ལ་ཚིག་ཐན་སི་ཚིག་གྲུབ་བཟོ་གོ།

བཞེང་བ···

ཇོ་མོ་གངས··

དགོན་པ··

གདན་བཞུགས་པ··

དང་པོ··

ཤོག་སླེད་པ···

༥ དེ་ལ་ཚིག་ལ་དོན་བྲི་གོ།

སངས་རྒྱས།

ཏང་གི།

བཞེང་པ།

ཤོག་སྐེད་པ།

རྣམ་རྣམ།

དང་པོ།

དར་སེམས།

༦ དེ་ལ་འབྲིགས་པ་ཚིག་གྲུབ་རི་འབྲིགས་རྟགས(✓)ཐེན་ཨ་འབྲིགས་པ་རི་ནོར་རྟགས(✗)བྲི་གོ།

ཀ ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་སྲུང་མ་སངས་རྒྱས་ཀོ་ལ་ཏང་སྐུ་ལ།

ཁ དགོན་པ་བཞེང་པ་རི་ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་ཨ་ཏོ་སྐུ་ལ།

ག ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་སློག་ཙ་མ་མེ་རང་པ་སྲུང་སྐུ་ལ།

ང རྐ་མང་ཡུལ་ལ་ཙུ་ཏང་གི་དང་པོ་ལ་ཨ་མ་ཨ་པ་སེ་ཨ་གོ་སྐུ་པ།

ཅ ཏང་གི་ལ་ཀོ་ལ་རང་ལན་ཐང་སེ་རང་ཏང་སྐུ་ལ།

ཆ དགོན་པ་མཐོ་རི་ཙི་སྐུ་ལ།